

『新年度に向けて』

年度や環境が変わる機会に、子育ての目標を決めてみてはいかがでしょうか？
むずかしいものでなく、ちょっと頑張ることができるものにしましょう。

例えば…

●寝る前に絵本の読み聞かせをする

絵本は子どもの言葉や知識の獲得だけでなく、情緒や感性も豊かに育てるので、一番おすすめの方法です。



●早寝早起きの習慣をつける

いつもの時間より30分早寝早起きを始めてみましょう。

●片づけの習慣をつける

子どもが片づけやすいように、子どもが取り出しやすい位置に写真を使って場所をわからせるのもいいですね。最初は親子で一緒に片づけて、徐々に子ども一人で行えるように促していきましょう。



●1日1回は子どもをギュッと抱きしめる。

寝る前、朝起きてからなどいつするか決めましょう。

目標は半年間など期限を決め、ある程度達成したら自分と子どもにちょっとしたご褒美をすると、次のステップへの意欲が出ていいかもしれません。

できなかつたら、次の期間に目標を少し簡単にしてみるのもいいですね。

太宰府市子育て支援センター

■919-6001