

# ここすき！6期の様子

## わかばクラス

場所：矢川児童館

期間：2021.1.14～2021.3.22

## つぼみクラス

場所：中央児童館

期間：2021.1.15～2021.3.23

緊急事態宣言が出ている中でしたが“子育て家庭を孤立させない”ためにコロナ感染拡大防止に最大限の注意を払いながら開催しました。春から夏にかけてなかなか外に出られず、友だちと関わることが叶わなかった子どもたち。ここすき！に通い始め、友だちの顔や名前を覚えてくると「おはよう」と声をかけたり、タッチをしたり…少しずつ友だちを意識するようになりました。ままごとでは、カップをあわせて「カンパニー」をしたり、キャッキョと笑い合いながら、すべり台をすべったり、友だちとの関わりをととても楽しんでいました。お母さん同士も仲良くなり、子育ての悩みを共感し合い、互いの意見を聞いたりし、とても参考になったと話されていました。



わかば



# つ ぼ み



ここすき！の時間内に栄養士さんに「食事について」の話をさせていただきました。“楽しい食事は体も心も育みます”

## 参加したおかあさんたちの感想

「食事が一番大切なことは楽しい時間にする」と、こんな基本なことも忘れて、眉間にしわを寄せながら、栄養をとってもらうことばかり考えていて反省した。「手抜きはダメじゃない」とほっとするアドバイスももらえ、ありがたかった。

ハッとさせられる内容だった。“心に栄養を”という話を聞いて、食事の時間を笑顔で楽しく過ごせるように、子どもに目を向け、言葉をかけながら食べるようにしたいと思う。

一番大切なのは子供と対話すること。栄養や量は二の次でOK。子どもが自分で食べたと認識しないと食べたことにならないということ。達成感が大事。ハードルを下げると食べてくれて、キャベツも1本だけにして「ひとくち」と言うと食べ、ほめると、ごぼう、にんじんなど次々食べてくれるようになった。すごい！

食事の時間をもっと大事にしようと思った。栄養やマナーの心配よりも、まずは親子で食を楽しむということが大事だということを学べた。

お話を聞いてから、安心の雰囲気の中で食事をするように心がけている。すると、こちらもちょっとしたことにカリカリしなくなり、良い影響が出ているように思う。