

# 一緒に考えてみませんか

保護者の  
みなさん

パパ ママ

子育て応援します!

花巻の子どもたちは、家庭でも保育園や幼稚園でも地域の中でも元気に活動し、すくすく成長しています。

子どもたちのよりよい成長のためには、周りの大人たちが子どもの育ちを理解し、家庭と学校・保育園・幼稚園、そして地域が手を携えて子どもたちを見守り、支えていくことが重要です。

市内の保育園・幼稚園では、子育てに悩む保護者の方々のさまざまな相談に対応しています。今回の事例集では、相談の多かった事例をもとに、どんなことを心がけて子どもと接したらよいか一緒に考えてみましょう。

就学前教育推進事業

事例集 NO. 2

平成21年12月16日(水) 花巻市教育委員会



## 賢くなっている証拠

好き嫌いが現れるということは、与えられた離乳食をモグモグ、ゴックンしていただけた乳児期から次第に味覚が発達してきた証拠です。味の違いが分かってくるというのは、重要な発達の経過なのです。

心配しすぎず、いろいろな味を教えていきましょう。

## 食卓を囲んで!

幼児期の偏食は、食べた経験が無いために怖くて食べられないということがあります。

家族で食卓を囲んで「ママもにんじん食べよう。」「パパは、ピーマン大好きだよ。」等、声をかけながら、おいしそうに食べる姿を見せましょう。

## おなか、すいてる?

お腹がすいていれば、子どもは何でも食べます。

いっぱい体を動かしてお腹がぺこぺこになっていますか? おやつと言いつつ…食事の時間以外にいつも何かを食べていませんか?



## 相談事例 ① 好き嫌い

うちの子は、好き嫌いがあって困っています。好きなものばかりではいけないと思い、嫌いなものも食卓に出すようにしていますが、よけたまま食べません。どうしたらよいでしょう。



## ひと工夫を!

おろして、刻んで、目立たないようにして料理に混ぜたり、形を変えてみたり、ちょっと目先や味付けを変えてみましょう。

レトルトやスーパーのお惣菜等、できあいの味に頼るのではなく、我が家の味を工夫していくことも大切です。

## 一緒に料理を!

お家の人と楽しみながら一緒に料理をすると、苦手だった食材がおいしそうに見え、食べたくなってきます。また、野菜作りに関わるうちに野菜好きになって、いつの間にか食べられるようになる子どももいます。

## 専門医に相談を!

あまり頑固に受け付けない場合、好き嫌い以外の原因が疑われる場合もあります。

極端な偏食が見られる場合は、小児科等、専門の先生に相談することもお勧めします。