

家庭教育・子育て学習会

親子で鯛を使った料理に挑戦!

8月22日 木

まず、伊予市健康増進課の栄養士 山内朋子さんから、「成長期の子どもの栄養バランス」というテーマで、お話をいただきました。その後、食べ物の三つの働きを知り、バランスのとれた朝ごはんのメニューを考えました。

誰にも分かりやすい内容だったので、取り組みやすかったようです。

次に、伊予市生活研究協議会の方々の指導のもと、親子で鯛を使ったごはんづくりに挑戦しました。立派な鯛を目の当たりにして、歓声が上がりました。

メインの鯛のさばき方を教わりました。うろこのとり方、三枚おろしの仕方、皮のはぎ方などとても見事でした。親子で子どもはうろことりを、親は三枚おろしに挑戦です。普段は、魚屋さん任せですが、なかなか上手にできました。

保護者

魚をさばいて料理をすることがなかなかないので、とても貴重な体験でした。子どもは料理が大好きなので、普段でも時間を作ってやってみようと思います。

子ども

おいしかったので家で作りたいです。次は、もっと工夫して作りたいです。

伊予市生活研究協議会の方々のご指導をいただき、美味しく豪華な昼食ができました。



Menu

鯛めし、さわやか漬、刺身のカルパッチョ、あらのお吸い物、かぼちゃの小倉焼き

ほのほの



子育てがんばっています!

毎日、明るく楽しい、仲の良い細井家です。
二人の子ども達は、一緒に住んでいる祖父母のことが大好きで、じいじとばあばから離れません(笑)
これからも家族みんなで助け合って、楽しみながら子育てを頑張っていきたいと思えます。

祖父母：細井 敏樹、由紀子 子ども：珠莉夏、夏星
父 母：細井 康平、美月 (下唐川)

下灘保育所

31日 金

親子遠足in石釜香房みどり

家族と一緒に作ったピザを食べた後、「やさいさん」「やさいのおなか」などの絵本を楽しみました。

その後、食育タペストリーを使って食材について楽しく学びました。



とりのき保育所

6日 木

保育参観

各クラスでテーマを決め、年齢に合わせた絵本の読み語りを楽しみました。



おおひら保育所

14日 金

～野菜スタンプで遊ぼう～

「やさいでぺったん」「やさいさん」を読んだ後、タマネギやニンジンなど、野菜の断面に絵の具をつけて、ぺったんぺったんと押しつけて楽しく遊びました。



個別の相談や少人数グループの話し合いを希望される方は下記までご連絡ください。

連絡先

伊予市家庭教育・子育てサポートグループ

☎ 982-5155

FAX.982-5156

〒799-3193 伊予市米湊820(伊予市教育委員会社会教育課内)

大平地区子どもを語る座談会 in 緑風館



南山崎小学校保護者、地域の方々、小中学校の教員等参加の元に、子どもを語る座談会が開かれました。最初に小中学校の先生から、子ども達の「夏休みのくらし方」についての話がありました。

その後、選択理論心理士 井上千代先生の講演がありました。公立小中学校の養護教諭の経験から、子どもの自己肯定感を高めるために、子どもには「笑顔で接し、考える時間や選択する機会を与えること」、「認められているという気持ちを持たせること」が大切であると話されました。

最後、グループに分かれ、講演を元に悩みや育て方について話し合いました。



選択理論～人間関係を築く7つの習慣

相手と意見が食い違うとき、相手を褒めようとして、「人間関係を壊す7つの習慣」を使いがちになります。選択理論では、「人は内側から変わるので、他人を変えることはできない」と考えます。

「人間関係を築く7つの習慣」を使ってかわると、お互いの気持ちや情報が伝わりやすくなります。

欲求が満たされず 気分が悪い
基本的欲求が満たされ 幸せ



子育て悩み相談 「ビジョントレーニング」のすすめ



最近の子どもたちは外で体を動かす遊びが減り、室内で小さいゲーム機を使って遊ぶことが多くなっています。そのため、視覚機能の弱い子が増え、文字が読みにくくなったり書きにくくなったりして自信をなくし、勉強嫌いになってしまう子も中にはいます。

視覚機能の弱い子は眼球運動が弱くなってしまい、これらを改善するために、「ビジョントレーニング」という方法を行います。

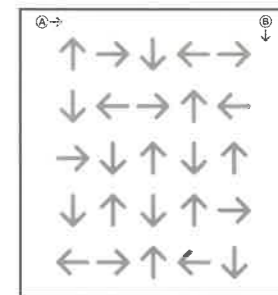
眼球運動については「ほのぼの23号」で紹介したので、今回は親子で遊びながらできるトレーニングを紹介します。

発達気になる子の学習・運動が楽しくなるビジョントレーニング
北出勝也 / 監修 ナツメ社

矢印体操

↑・↓・←・→という4種類の矢印に合わせて体をリズムカルに動かし、徐々にスピードアップしましょう。

- ①↑: 「上」と言いながらその場でジャンプ
- ②↓: 「下」と言いながらしゃがむ
- ③←: 「左」と言いながら足を左へ一歩出す
- ④→: 「右」と言いながら足を右へ一歩出す



郡中地区公民館家庭教育学級



子育てや仕事で忙しい鳥ノ木東・湊町のお母さん方に集まっていただき、子育ての楽しさや苦労について本音で語り合っていました。

初めに、子育てサポーターから現代の子育て事情について講話がありました。

現代の子育て事情

- 三世帯世帯の割合が低下し、親が祖父母などから子育てに関して学ぶ機会が少なくなった。
- 少子化の影響で教育に熱心な親ほど子育てに悩み、心理的に追い込まれている場合がある。
- 長時間労働により、家族と一緒に過ごす時間が少ない。
- 児童虐待相談対応件数が増加している。
- 遊び場が少なく、地域で集団が成立しにくくなっている。



これらの事情から、子育てについて楽しかったことや苦労していることを話し合い、話がはずみ、多くの意見が出されました。

日頃は子育てについて考えるということをしていないので、このような話し合いの場があるととてもいいと思う。子どもに自分の理想を押し付けるのではなく、そのまま認め、受け入れることが大切だなと思った。

みんなの話を聞いて、悩んでいるのは自分だけではないんだと思えたこともあり、安心しました。

伊予小放課後子ども教室 絵本作家誕生!



みんな知っている「むかしむかしあるとこに」から始まる「ももたろう」でも、今日は自分だけの「ももたろう」を書こう! ももたろうになった自分が語る絵本を創作することにしました。

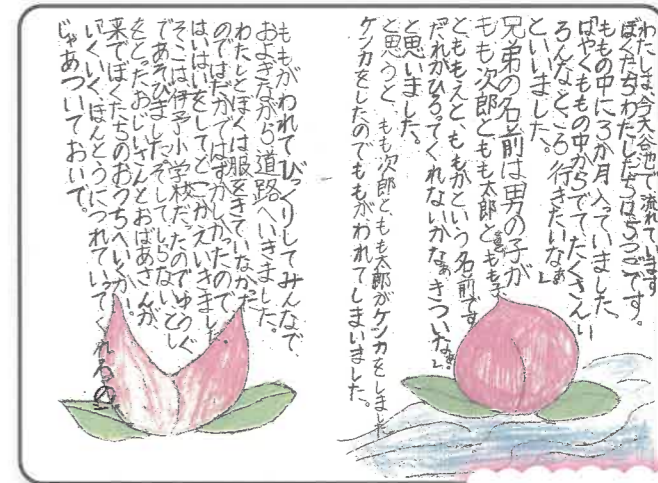
初めは、「いやだなあ」「面倒だ」「読み聞かせじゃないの?」と言っていた子ども達。

ところが、挿絵の入った用紙を渡すと、友達と話しながらどんどん書き進めていきます。

挿絵の色を塗るのに時間がほしいという子どももいました。出来上がった絵本を交換して読んでいる子どももいました。

子ども達のすばらしい世界にひとつの絵本ができました。

主人公は女の子でもいいんだよ。
鬼とケンカしなくてもいいよ。



子どもの作った絵本