

ごはんはイヤイッ

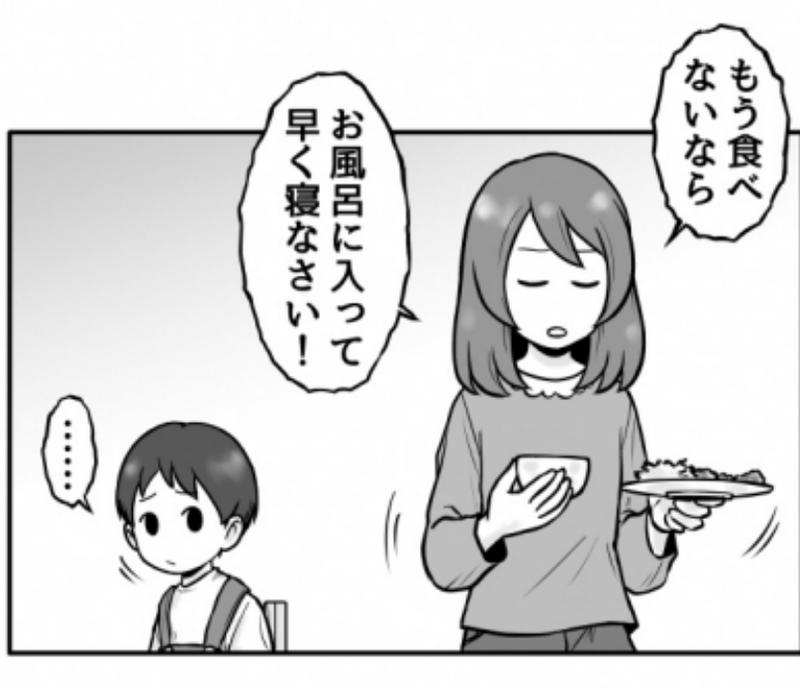
作画：タネオマコト







どよ〜っ





昨日もまた
晚ごはんの
時間になっても

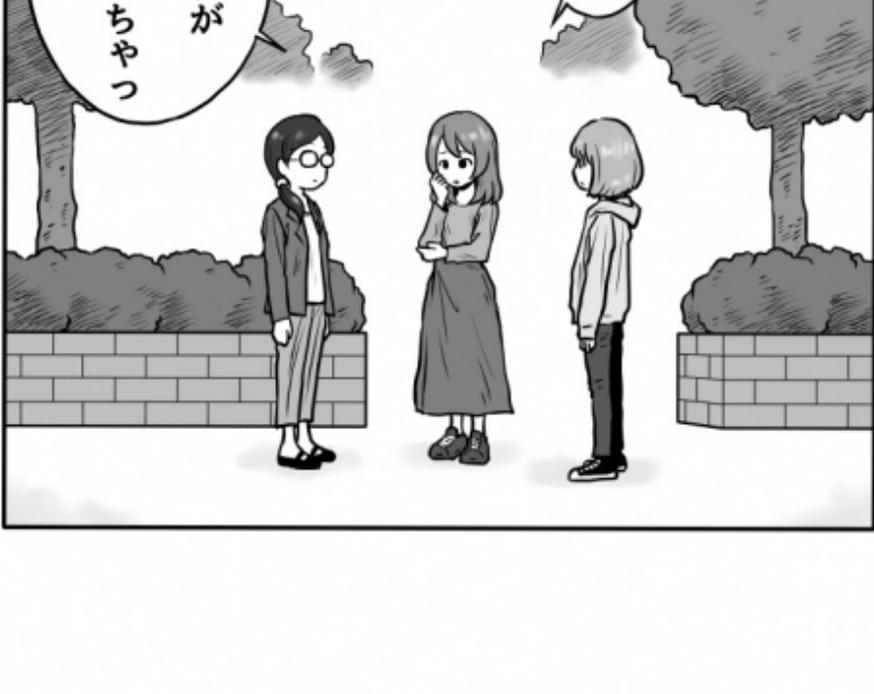


遊ぶのを
やめなくて…

ごはんも
なかなか
食べないし…

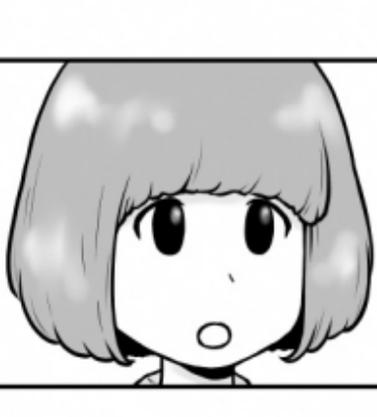
食べる量も
少ないし…

イライラが
爆発して
また怒っちゃっ
た…



うちも去年
同じようなことが
続いて

結構イライラ
してた時期が
あったなあ



何でごはん
食べないん
だろ？

ムリヤリ
おもちゃを
取り上げて
でも

遊ぶのを
やめさせた方が
いいのかなあ？



私も少し前に
そのことで
悩んでたら

職場の
先輩ママが
アドバイスして
くれたんだよね



それを
試してみたら
すごく変わって

最近
楽しくごはんが
食べられる様
になったよ！

ええっ
ほんとに!?

それ私にも
教えて!!



私が教えて
貰ったのは

まずおもちゃは
ごはんの少し前から
片付けさせる
決まりを作ること！

そのために
最初は小さなこと
でもいいから

ごはんの準備を
手伝ってもらう
様にすること

うん
うん

例えば
お箸を並べるとか
お皿を並べるとか

…で
それが出来たら
うんと褒めて
あげて

少しずつ
お手伝いを
増やすの

ハンバーグを
丸めるとか
お野菜を
盛り付けるとか

ごはん作りに
自分も一緒に
参加してると
意識が芽生えて
来るようにね！

そうすると
ごはんを
準備する前には
自分から遊ぶのを
やめて

お手伝いを
してくれるように
なったの

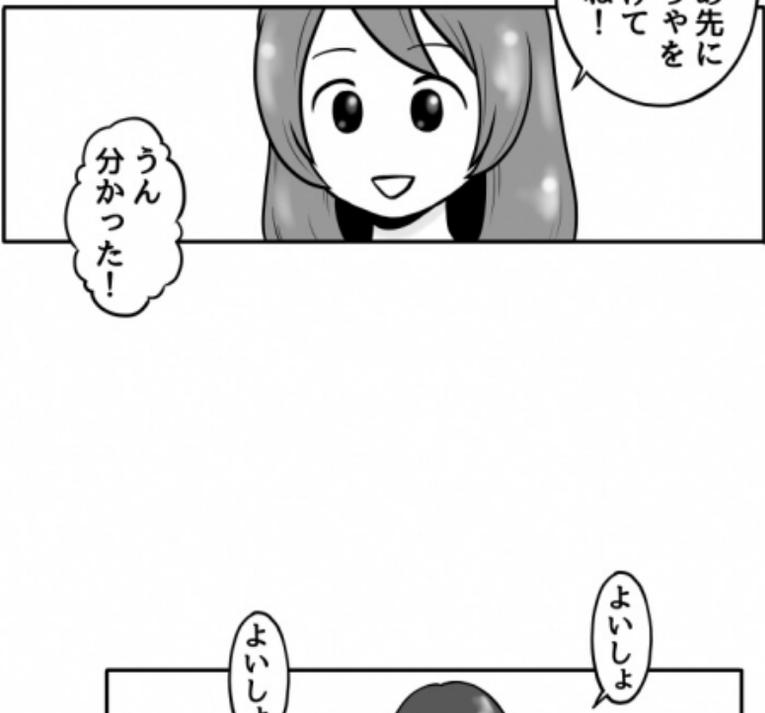
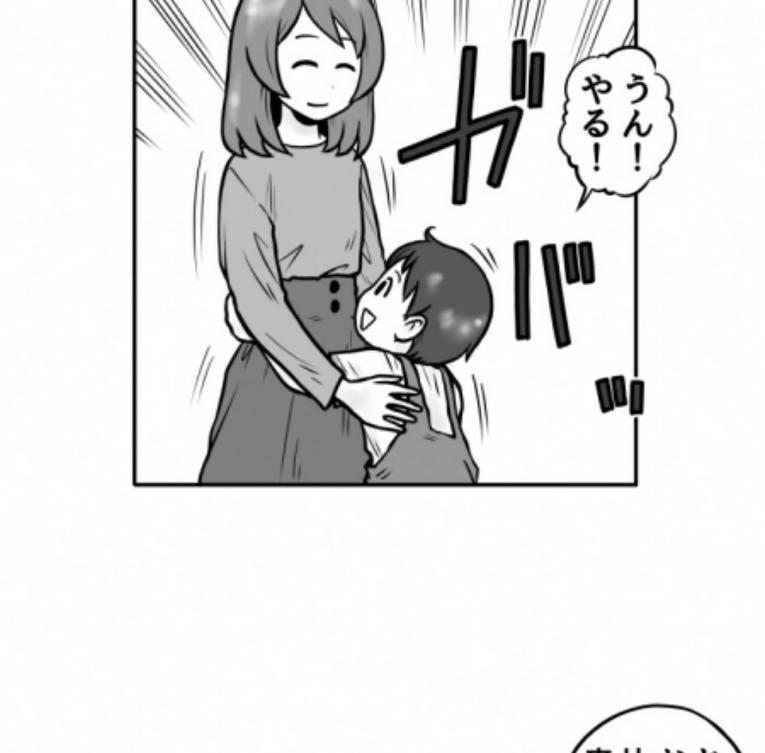
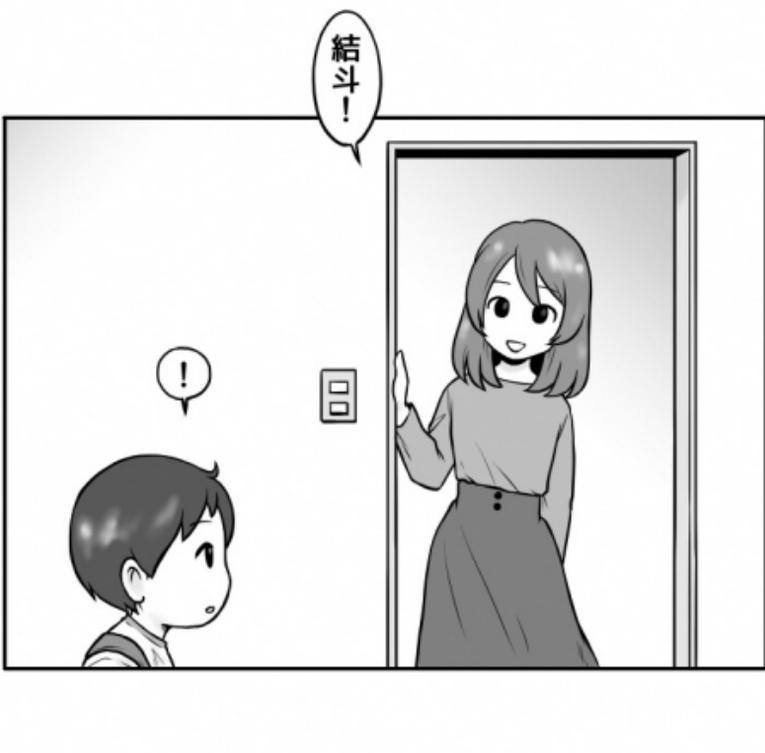
自分も一緒に
作ってるって意識
があるからか

ごはんも
よく食べるように
なったよ！

そっか

うん
わかった

さっそく
やってみる!!





今日は結斗が
お箸を並べたり
たくさんお手伝い
してくれたんだよ



え!?
結斗が!?

もう
そんなことが
出来るのか!?



うん!

お兄ちゃんに
なったなあ!

結斗が手伝って
くれたから



ごはんがすごく
おいしいよ!

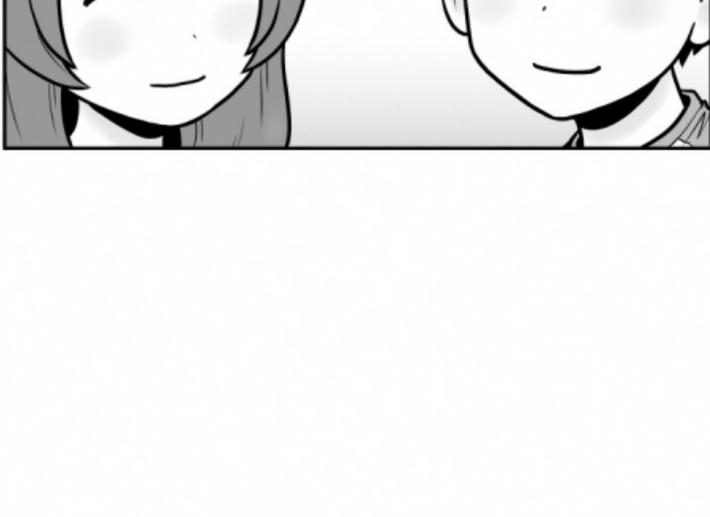
ごはんの時間って
家族の大事な
時間だもんね!

こうやって
楽しくながら
お話しながら
食べると
本当に
おいしいよね!



明日は
もっと頑張って
お手伝いする
よ!!

おかわり!!





©ていたん北九州

北九州市の親育ち・子育てを応援する情報をお知らせするよ！ぜひ、見てね！

○子育てマップ北九州

子育てに関するさまざまなサービスや制度、施設やイベントなどの情報を提供するホームページです。

「子育て知っ得！」では、お出かけ・相談など、現地で取材したお役立ち情報を毎月アップしています。ぜひご覧ください！

ホームページ

<http://maps.kosodate-fureai.jp/>

○育児サークル・フリースペース情報

育児サークル・フリースペースでは、親子で遊んだり、同じ年頃のお子さんをもつ親同士でお話したり、楽しい時間を過ごすことができます。

日時・場所など詳しい情報については、下記 HP (PDF) または「子育てマップ北九州」をご覧ください。

ホームページ

<http://www.city.kitakyushu.lg.jp/ko-katei/11500015.html>

○家庭教育リーフレット「きほんのき」

北九州市教育委員会では、小学生になるまでに身に付けてもらいたい「あいさつ」・「食事」・「睡眠」・「排泄」・「ルール・マナー」などの基本的な生活習慣について、科学的根拠に基づき、具体的にまとめました。

「きほんのき」を参考にしながら、できることから取り組んでみませんか？

ホームページ

<http://www.city.kitakyushu.lg.jp/kyouiku/03400008.html>