



連載 木田聖子の子育てエッセイ 「寒い季節のお部屋遊び」

保育サロン チャイルドハート
代表取締役
木田聖子



こんなお部屋遊びはいかが？



春先はまだ風も冷たく、寒くて外遊びを積極的にできない日も多いと思います。少し暖かくなると今度は花粉の飛散などの心配もありますね。そんな時はいつもと違ったお部屋遊びで子供と楽しく過ごしませんか？

●ちらし遊び

ちらしの絵や写真を切り抜いて、画用紙に貼り付けてコラージュに。ちらしの絵や写真を切り抜いて、画用紙に貼り付けてコラージュに。



●新聞遊び

新聞で剣を作って戦いごっこ。新聞をびりびりに破って、花吹雪に！ ストレス解消に最高です。花吹雪にしてみまらしたあと、ごみ袋の口を怪獣の口に見立てて、ばくばくごみ掃除怪獣となったら、お部屋も楽しくすっきり。

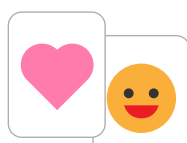
●ダンボール遊び

ダンボールをトンネルにしてつなげたり、お家にしたり、基地にしたり。ぼろぼろになったら資源ごみへ。とってもエコな遊びです。



●カード遊び

同じ絵や色を描いたカードを2枚ずつ用意し、トランプのように神経衰弱ゲームをしてみましょう。



●氷遊び

明日の朝はすごい冷え込みになるという天気予報の前夜、鉄製の鍋に水を少し張って外に置いておくと、朝起きると水が氷に変身！

お部屋遊びのための事故予防

外遊び同様にお部屋遊びでも事故予防が大切。お家の中の危険箇所をチェックしてみましょう。

お家での事故予防3原則

- ★食卓にはテーブルクロスは使わない
- ★お風呂の入浴槽の高さは41センチ以上で、水は1センチでもためない
- ★ベランダや窓に、踏み台になるようなものは置かない

家庭における事故のほとんどは、打撲、転倒、誤飲、やけどですが、こんなことにも気をつけましょう。



0歳児には

ベッド、ソファ、たばこ、小さな部品、熱い液体（おみそしる、おかゆなど）、炊飯器に注意

1歳から2歳児には

階段、自転車、たばこ、薬、ホットプレート、アイロンに注意

3歳から5歳児には

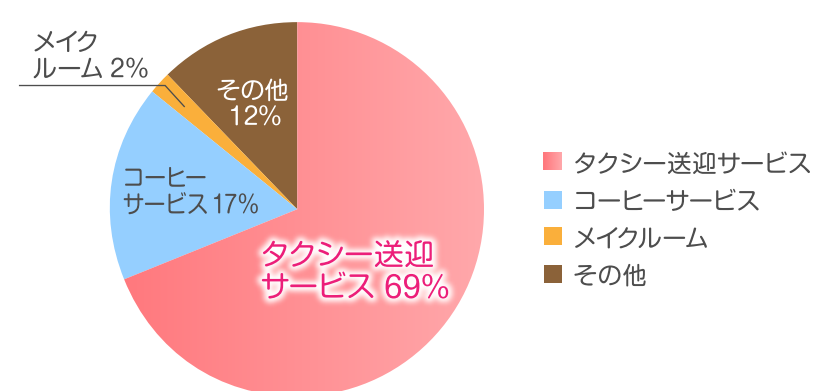
階段、自転車、洗剤、ホットプレート

10校合同研究 チャイルドハート通信スペシャルアンケート

保育園にあったらいいサービス♪

チャイルドハート通信スペシャルアンケート集計させていただきました。お忙しい中、ご協力いただきありがとうございました。各園に持ち帰り、できることから少しずつ取り入れていきたいと思えます。

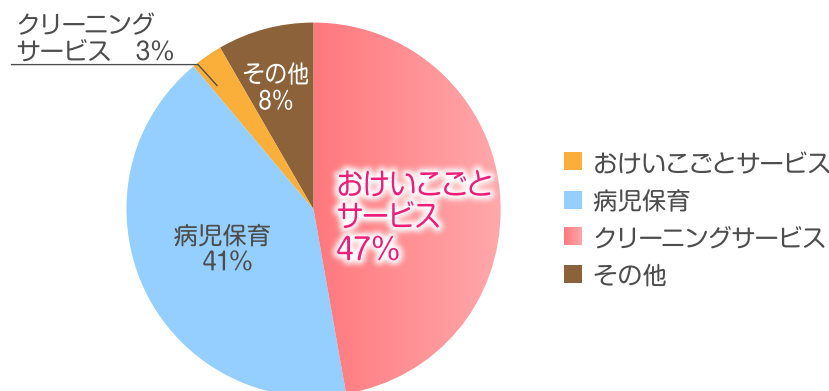
Q1. 登園時のあったらいいサービス



その他に寄せられたご意見

駐車場無料サービス / 朝食提供サービス / ベビーカーまでお迎えに来てくれるママお預かりサービス / 送迎できない時に自宅近くか自宅までお迎えサービス / お母様のための抱っこひもなどの荷物置き場

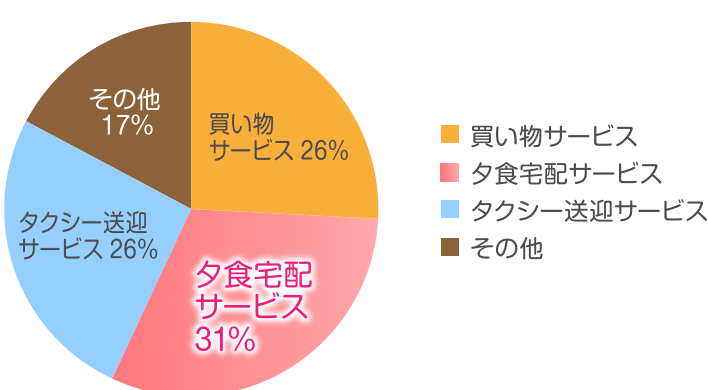
Q2. 保育中のあったらいいサービス



その他に寄せられたご意見

アレルギー対応給食 / スモッグのクリーニングサービス / 病院に連れていくサービス / おけいごの送迎とその前後の預かり保育 / 消耗品（ミルク、おむつなど）の補給サービス / 絵本等の定期購読や図書の貸し出し / 園に出張美容院で子供の髪の毛カット（親同伴でも可で定期的） / チアや少林寺、空手などのおけいごとサービス

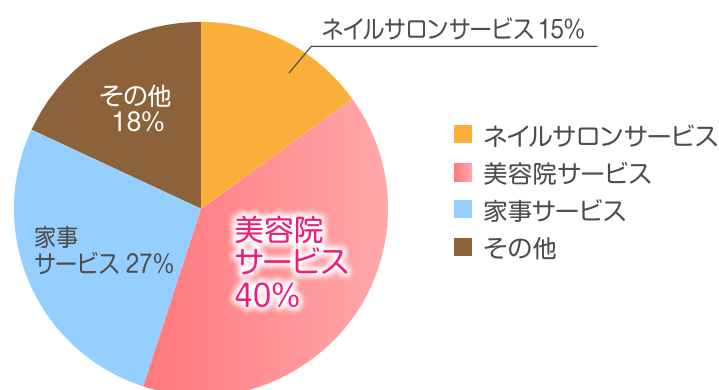
Q3. 降園時のあったらいいサービス



その他に寄せられたご意見

コンサート情報提供サービス / 保護者へのお茶サービス / 駐車場無料サービス / お弁当箱や水筒を洗って返してくれるサービス / お迎えのメールをすると車まで連れてきてくれるサービス / 家族が病気の時に自宅近くか自宅まで送迎サービス

Q4. その他のあったらいいサービス



その他に寄せられたご意見

子供と一緒にできるレシピ提供サービス / 園でやったクッキングを自宅でもできるようにしたい / 保育時間予定をメールで送れるサービス / 親のおけいごと（英会話など）が園でできるサービス / 子育て講座 / 映画鑑賞の間の一時預かり / 砂場を作ってほしい

毎日、仕事に家事に育児にガンバっているお母さん。おしゃれを楽しんだり友達と映画を観たり、そんな自分の時間を作ることも時には必要ですね。頑張るお母さん達を少しでもサポートできるよう、実現に向けて動きだしていきたいと思います。

誰でもカンタン♪お手軽レシピ Vol.2

朝食やおやつにおすすめ「莓いっぱいのお吐司」

春は新鮮で美味しい旬の莓が出回ります。メイプルシロップなど甘い味をプラスすれば朝から食欲もアップ！小さいお子さんも食べやすい味で、朝食にもおやつにも簡単にできるのでぜひお試しください。

*材料(2人前)

- 食パン 2枚
- いちご 4~5個
- 砂糖 少量
- バター 適量
- メイプルシロップ 適量



*作り方

1. 前日に莓を薄くスライスし、少量の砂糖をまぶしておく。(こうすると翌朝しんなりする)
2. 食パンをトースターでこんがり焼く。
3. 焼き上げた食パンにバターを塗る。
4. 莓を並べてメイプルシロップをかけ、もう一枚のパンを重ねて半分にカットして出来上がり！

Point!

砂糖をまぶしておくことで、熱を通さなくても莓がしんなりして食べやすくなります。お好みでメイプルシロップのかわりに「練乳」、餡などを入れても美味しいですよ！



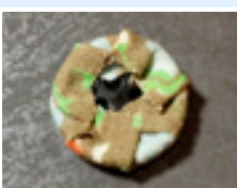
コラム エコ&節約術

ボタンでかんたんエコ

着られなくなった子供服の端切れを再利用して、簡単なハンドメイド手芸を楽しみませんか？まずはくすみボタンを作ってみましょう。



- ①手頃な大きさのボタンと端切れを用意し、ボタンより直径約10ミリの大きな円に端切れをカットします。
- ②手芸用または木工用ボンドをボタンの裏側に塗り端切れの真ん中に乗せます。
- ③10センチ四方ぐらいのサララップの中央にボタンを貼った端切れをおいてボタンのふちにボンドを塗り、茶巾絞りの要領でボタンの周りを少しずつ絞っていき、形を整えたら完成！



ボタンの裏側はこんな感じになっていてもOK！布バッグに縫い付けてワンポイントにしたり、サンダルの飾りにするのもおすすめです

