

パート2 NEWS
子どもの叱り方
どうしたらいい？
子育てアドバイス

6月号では、「どうして大人は子どもを叱ってしまうのか？」に着目し、大人側の原因（ストレス）について掲載しました。今回は、具体的にどう叱ると良いのかについて紹介します。

まず、「叱る」と「怒る」の違いについて整理しましょう
叱る・・・相手により良い方法を教示すること
怒る・・・怒り手の感情を外に爆発させること

01 言うことを聞かないとき

そもそも、子どもと親の考えていることは異なるため、親の思い通りにならないのは当然です。なぜ言うことを聞かないのか、なぜその行動をやめられないのかと思ったときは、次のように考えてみましょう。
•見たままの行動を変えようとせず、子どもの気持ちに寄り添い、子どもの立場で考えてみる

02 親が変われば子どもも変わる

片付けない子に「片付けなさい」と言い続けても状況が変わることはありません。相手（子ども）を変えるには、大人のアプローチ方法を変えてみましょう。
「一緒にやろう」「片付け競争しよう」「このタイマーが鳴るまでに片付けよう」など、お子さんに合ったアプローチ方法を試してみましょう。

03 上から目線より水平目線で

■上から目線の対応とは
「それダメ」「できないでしょ」「あぶないからやらないで」「できないでしょ」「〇〇しなさい」「〇〇しないと買わないよ、行かないよ、おやつなしだよ、」など
■水平目線の対応とは
•ケガや命に関わる危険がない場合は制止せず、させてみる
•失敗しても大丈夫なように支えたり、見守る
•失敗しない方法を一緒に教える

04 親は子の鏡

昔から「親の背中を見て子は育つ」と言います。子どもは、親が使った悪い言葉や他人の批判、悪口、愚痴、夫婦げんかなどの言動全てを良しとして成長してしまいます。日ごろから、良い手本を見せられるよう心がけることが大切です。



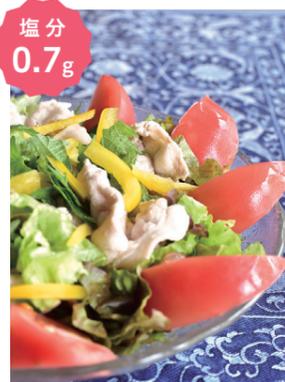
point 改善したら必ず褒めましょう。褒められたことで、正しいことが何なのか理解していきます。また、子育てや叱り方に正解はありません。なぜなら一人一人に合ったアプローチの仕方が共通ではないからです。自分のお子さんに合った叱り方を試行錯誤しながら見つけていきましょう。そのためには、まず肩の力を抜き、育児を楽しむことが大切です。

広告

広告

Recipe

管理栄養士のおすすめレシピ しそたっぷりの 冷しゃぶサラダ



塩分
0.7g

■材料（4人分）
青じそ……………8枚
豚肉（しゃぶしゃぶ用）……………200g
サニーレタス……………6枚
パプリカ（黄）……………1/2個
トマト……………1個
みそ……………大さじ2
削り節……………適量
ねりがらし……………適量
サラダ油……………大さじ1
酢……………大さじ1
みりん……………大さじ1

【1食分の栄養価】 エネルギー 246kcal / たんぱく質 14.1g / 脂質 15.6g / カルシウム 40mg / 鉄 1.1mg / 塩分 0.7g

■作り方
①青じそは手でちぎる。サニーレタスは葉と軸に分け、軸は斜め薄切りに、葉は一口大に切る。パプリカは縦に薄切りにする。
②鍋に湯を沸かし、豚肉を2～3枚ずつ入れて火を通し、氷水で冷まして半分に切る。
③①②をざっくりと混ぜてから器に盛り、Aをよく混ぜ合わせてかける。
④くし形に切ったトマトを飾って出来上がり。

voice / おすすめポイント



豚肉に含まれるビタミンBは、夏バテ予防のビタミンと言われているので、たっぷりの野菜と一緒にとりたいと思います。
新房辰孔さん 大和くん

check 楽しく実践！「離乳食教室」

離乳食をスムーズに進められるように、「離乳食教室」が6月9日に睦合公民館で行われました。参加した保護者らは、管理栄養士のアドバイスを受けながら、野菜のすりつぶしなどを実際に体験しました。



7 July.2022 Calendar

7/6 WED 広報7月号、お知らせ版 成人講座「避難所開設体験」★

7 THU

8 FRI

9 SAT

10 SUN ⑥こぼやし子ども・内科クリニック ☎577-0663

11 MON 健康相談日

12 TUE 1歳6か月児健診（R2年11・12月生）✍

13 WED 成人講座「ラッピング講習会」（睦合公民館）★

14 THU ホールボディカウンタ測定日

15 FRI

16 SAT 桑折学習塾

17 SUN キッズスクール「シャボン玉づくり」 ⑥版内医院 ☎577-2222

18 MON ⑥村上医院 ☎585-2152

19 TUE 小学校水泳記録会

20 WED 幼稚園・小中学校第1学期終業式 お知らせ版★

21 THU

22 FRI 成人講座「タブレット講座Ⅰ」①◆★

23 SAT

24 SUN キッズ講座「茶道と坐禅体験」 ⑥さとう整形外科内科クリニック ☎572-7606

25 MON

26 TUE 4・7か月児健診（R4年3・R3年12月生） ブックスタート✍

27 WED

28 THU 成人講座「ホテルと桑折町の環境」

29 FRI 成人講座「タブレット講座Ⅰ」②◆★

30 SAT こおり夏まつり「御柱祭」 ビーチパーク157オープニングイベント

31 SUN ⑥さとうファミリークリニック ☎574-2811

1 MON

2 TUE 離乳食教室（睦合公民館）

3 WED 広報こおり8月号・お知らせ版 成人講座「子どもへの怒り方・アンガーマネジメント」★

4 THU 10・11か月児健診（R3年8・9月生）

●イコーゼ ●やすらぎ園 ⑥休日当番医
◆母子手帳交付・すくすくの日
【子育て支援センター】：イコーゼ 10:00～11:30
♥ベビールーム（1か月～1歳5か月ごろのお子さんと保護者）
★キッズひろば（1歳6か月ごろ～就園前のお子さんと保護者）
▶「すくすく」（☎582-6045）へ事前に予約してください。
✍集団接種日（ファイザー）✍集団接種日（モデルナ）
※接種会場は「やすらぎ園」です。