

Q:お肉、お魚、野菜をあまり食べません。主に白米をモリモリ食べています。（2歳4か月）

A:おかずが全般に進まないのでしょうか？これを読むと白米は美味しそうに食べている姿が見えてきます。ご飯の時間は嫌ではなさそうですね。あまり食べさせようと思わずに、一緒に食べる時に大人が美味しそうに食べるのを見せてちょっとだけ口に運んで「美味しいね～」「ご飯と一緒に食べるのもっとおいしいよ」と気楽にやってみましょう！しかしながら、お肉お魚野菜などは、固形物なので食感が嫌だったり、噛みにくくて苦手だったりもします。好きなもので噛み噛みタイムを作ってみたり、小さめにして出してみたりと工夫することも必要ですね。また、いつもの食器ではなく、お弁当箱に詰めたり、人参を花形に抜いたりして、見た目に変化をつけることも食欲をそそります。そして、少しでも食べられたらほめてあげましょう。

Q：1日10回程度うんちをする。食べるものが合っていないのか？（2歳3か月）

A：10回はやはり多いですね。うんちの様子や食べ物の状況、体重の増減が分からないので何とも言えませんが、続くようであればお医者さんか保健センターで様子を詳しく話して相談にのってもらった方がよいと思います。

Q：いやいやがだいぶん治まってきたけど一回のいやいやが強い。（2歳8か月）
とにかく自分でなんでもやりたいが強すぎる。（2歳4か月）

A：この時期、何でも自分でやりたい自我意識が芽生え、それに伴って自己主張が出てきます。「自分でしたい」という感情が「いや」ということばで表現されているのでしょう。この「自分でしたい」という感情は、成長の証でありとても大切なことです。よしよしこの時期をめいっぱい成長しようとしているんだなと思って付き合ってみてください。まずはできるだけ自分でさせてあげて、うまくできたら褒めてあげ、できなかつたら「一緒にしよう」と手を貸してあげましょう。手を貸してもらう力も必要です。子どもがすると時間がかかりますが自分でできる快さを子どもに感じさせるような関わりをしていきましょう。お母さんも予定があり、忙しいこともあると思います。10分前行動を心がけると、多少はお母さん自身のゆとりが持て、お子さんと向かい合うことができますよ。

Q：読み聞かせをしたいのですが、本をおとなしく見たり聞いたりすることができません。興味を持つにはどうしたらいいのでしょうか？自分のペースで本をめくり全く読むペースがつかめません。（2歳6か月）

A：まだ絵本に興味に向かない場合は、おとなしく見たり聞いたりすると思って読むのではなくその子の好きなものがついている本を選び、好きなページだけ見て楽しむことから始めましょう。（最初から最後までと思わずに）自分のペースでペラペラめくっていたら、止まった所にことばを添えて「次は何が出てくるかな」などと声をかけて、書いてある文でなくてもお母さんが作ってしまってもよいと思います。一瞬の時間でも一緒に楽しめたという気持ちをもてたら少しずつ目が向くようになっていくと思います。