

子育てQ&A「4月19日（金）2歳児学級 開講式」

【子育てQ&A】

Q：遊んでいて食べるのが遅くなってきた(2歳3ヶ月)

決まったものしかたべない(2歳7ヶ月)

A：食べる事以外にいろいろと興味が出てくる時期だと思います。食事の時におもちゃやテレビなどが視界に入らないように工夫してみるのもよいと思います。また、一度にたくさん盛り付けるのではなく、少しずつ盛り付け遊んでしまう前に食べられる量にし、その後食べられるようであればおかわりにするのも良いと思います。あまりに遊んでしまい時間がかかるようであれば食事の時間は30分と決め、時間がきたら片付けてしまい、『食事の時間』という事を伝えていけると良いかもしれませんね。

決まったものしか食べないのもこの時期ならではの悩みですね。2歳半を過ぎるといろいろと主張も激しくなりますね。こちらが言えは言うほど食べなくなると思います。食事も1食で考えず、1日、1週間の単位でバランスよく食べれていれば大丈夫です。また幼稚園や保育園に行くようになればいろいろと食べられるようにもなります。食事は楽しい時間！！という事を大切にしていきましょう。

Q：遊びが単発(2歳10ヶ月)

A：いろいろな事に興味があり、好奇心旺盛な時期ですね。いろいろな事を経験するのはとても大切な事です。いつも同じ環境や同じおもちゃで遊んでいると刺激が薄れ、興味や関心も薄れてくることもあると思います。大人と一緒に遊ぶことで同じ遊びでも遊びが広がっていきますね。外で遊ぶのもよい季節になってきました。お家で遊ぶ、アンブレラで遊ぶ、公園で遊ぶなどたくさんの経験をするうちに『自分の好き』が見つかるかもしれません。一緒に遊ぶ時間を増やしていけると良いかもしれませんね。

Q：多動、かんしゃく(2歳5ヶ月)

A：2歳児になると1歳児の時よりさらに癇癢は激しくなりますね。自分の気持ちをお父さんやお母さんに上手く伝えられず思うようにできないからです。一度、癇癢を起すと親が何を言ってもどうにもならない時もあります。そんな時は無理に静めようとせず、危険な状況でない場合はそっとしておくのも良いと思います。落ち着きがないかな…。癇癢が激しいな…。と感じたらお天気の良い日に外で思いっきり遊んでみてはどうでしょうか。体を動かすことで気分が満たされ、落ち着いて過ごせることが増えてくると思います。それでも困ることがあれば、保健センターにお気軽にご相談くださいね。