

Mainichi Kosodate "GUTS" POSE



夫婦ミーティングを
ルーティン化しちゃえ!



私の場合は……
妻がニコニコになるルーティンを
いつも持っています!



1 妻が自由に使う時間の大切にする。



2 仕事目線で妻にふみこんでいく。



3 子どものことより妻のことを気にかける。



「〇〇って、こういうところあるよね」と、長年一緒にいる私だから気づく、君のこんなところ(もちろん良いところ)みたいな「気づき」を会話にはさみます。いつも君のことは気にかけているんだよとさりげなく伝えるのです。

ガツポーズ
ヒント3

時には
あえて子どもと
距離をおこう!!

悩み相談に訪れるお母さんの中には「うちの子、〇〇ができないんです」「落ちつきがなくて」等々、子どものマイナス面ばかり並ぶ立派な人がいます。「それでお母さん、赤ちゃんの長所はどこなの?」と聞くことがあります。

長所がないわけないじゃないですか! 心に余裕がなくなっているお母さんにありがちです。わが子の長所が見えたくなりますから危険信頼。まずは呼吸おいて、子どもがすることに口を出さず「見守る」ことから始めましょう。

子どもは実は「イキイキ」としている生き物です。好奇心旺盛で、興味のあるものを自己見つけ、大人が「くだらない」と思うことにも意味を持ち、探求していきます。そのときの目の輝きを見逃さないほしのです。口や手を出しそうになったら、その手にペンを握り、メモや日記をつけてみましょう。「今日は〇〇がツボのよう! もう30分も続けていい」なんて具合に。そうやって、子どもとの間に距離をおくことで、お母さんの気持ちもスッと余白ができる落ちついてくるはずです。

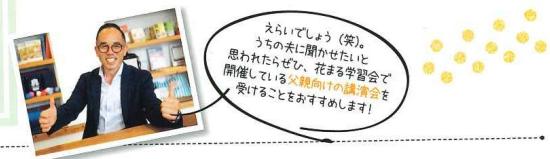
そして、その「目の輝き」こそが、今後の「育ち」に大きく関わる「集中力」や「思考力」につながっていくのです!

ガツポーズ ヒント3



夫婦の会話の多さが
家庭を安定させる

リモートワークが増え、夫婦揃って家にいる時間が多くなったり、仕事中はどうやらかが子どもの世話をしている「よくよく考えたら、子どもが生まれてからというもの、夫婦の会話ってほとんどないかも」なんて方もいるのでは? それは少し危険です! 本当は、夫婦=家族に限ったからこそ話す内容も、多岐に亘る(子どもの教育からご近所付き合い、将来設計まで)わけだし、いろいろな価値観のすり合わせも必要。それに、いったん2人で話す習慣がなくなってしまうといざというときになかなか話が切り出せなかったり、お互いのタイミングが合わなかつたりして「後でね」「じゃあいいよ」なんてことになってしまいがち。修正するなら「今」です! 子どもの成長と共に「お互い、何を考えているのかわからない」状態になる前に、夫婦の会話をルーティン化しましょう。「今日の報告」みたいに、会議っぽく話し合うことを「カゼ」にしてしまうのです。あだ、こだ、くだらない話もふくめて、言いいことが言える環境は心地よい、ストレスフリーです。



幼児のうちに オンライン教育を体験せよ!



ガツポーズ
ヒント2

オンライン教育3つのメリット

①自分のペースで進められる。

録画配信プログラムなら、何度も見直すことができるし、途中で止めたり、戻したりして、考えながらゆっくり進めることができる。

③特別な経験ができる。

遠くて行くことができない博物館や美術館の展示物や、動物園や水族館の映像で楽しめて、好奇心を刺激する体験が家でもできる。

②質問がしやすい。

画面越しだと、誰にとっても先生との距離が最短で、はがきがり屋の子でも、周りの目を気にせずチャットなどで質問ができる。

オンライン教材の選び方

見た後に、子どもが「僕もやってみたい」「続ぎが知りたい」と、行動を起こしたくなるようなものがGood!

高濱正伸の毎日子育て ガツポーズ

第1回「コロナ時代をどう生き抜くか」

謹のウイルスと向き合いながらの子育てで不安だらけのお父さん、お母さん。大丈夫です! 「やるべきこと」に大きな違いはありません。私が、変化する社会に対応していく、ちょっとしたコツを6回の連載で紹介していきますので、これからの子育てを笑顔で楽しんでいくヒントにしてください。

撮影/崎田礼奈(本社写真部) 取材・文/天利久美



高浜ヒント
1 withコロナを生き抜く
学びの時間を止めない!



高浜ヒント
2 withコロナを生き抜く
「無人島論」で考える。

学びとは、算数や漢字学習など、作業のよくなれた機会は、児童期の「遊び」や「生活」の学習会では子どもたちが将来「メシが食える大人」「魅力的な人」に育つことを目標にしています。「メシが食える」というのは、これからどんな時代に変化しても、本質的に物事を考えられる思考力と発想力、感性、強い体を持っていることです。それらの間で、「遊び」や「生活」で身についていくことがほどんどないだとしてもいいでしょう。ですから、児童期の「今」を止めずに健全に生きていくことが大切なのです。

たゞ、これだけ制約がかかった日々が続くと「コロナ禍では何もできない」今までは幼稚園に行っている間に家庭事を片付けたり、子供たちが行つたりしてきた「時間」の中子供たちが行つたりして、自分の時間が全然ない」と、口を開けば嘆きばかりになってしまいます。

たゞ、これだけ制約がかかった日々が続くと「コロナ禍では何もできない」今までは幼稚園に行つたりしてきた「時間」の中子供たちが行つたりして、自分の時間が全然ない」と、口を開けば嘆きばかりになってしまいます。

このコロナ禍で、私は子どもたちに「お母さんを助けてあげてね」お母さんは、みんなが元気でいることがうれしいと思つてしまつたり、泣く子どもを「うるさい」と思つてしまつたりしたことに心がチクッとした痛む声をかけました。そんなときは「あら、わかった」と、力強くうなづきます。子どもたちにとって、何がうれしいことか

この子が元気でしてくれるだけでいいの

みなさんそうだと思うのですが、子どもたちがスヤスヤと寝息を立てている顔を見ると、

みなさんが元気でいることがうれしいと思つてしまつたりしたことに心がチクッとした痛む

瞬間ありますよね。そんなときは「あら、わかった」と、力強くうなづきます。子どもたちにとって、何がうれしいことか

この子が元気でしてくれるだけでいいの

はあります。親が不満だらけで、心が不安定だと、それはそのまま、子どもにも反映されてしまいます。

みんなのの「ばらしき」を確認するようにあるものの「ばらしき」を立てる顔を見ると、その日の「ママの安定」「家庭の安定」「子どもの笑顔」が目に飛び込んできます。そんなときに「ああ、前はよかった。コント二三回便利だったなあと、どうなったのかわるのはなく、「生き残っただけでもうけもへ」。屋根もあるし、水もある。あとは、お父さんが食料を探してくるから安心しろ」と、前に向く気持ちが大切です。そして、落ちついて「今あるもの」をつめると、まだまだいいともある「がんばつめよう」とパワーも湧いてきます。何より、心が安定してくれたじやない」と、目の前

がスヤスヤと寝息を立てている顔を見ると、みなさんが元気でいることがうれしいと思つてしまつたりしたことに心がチクッとした痛む声をかけました。すると必ず「うん、わかった」と、力強くうなづきます。子どもたちにとって、何がうれしいことか

この子が元気でしてくれるだけでいいの

はあります。親が不満だらけで、心が不安

定だと、それはそのまま、子どもにも反映されてしまいます。

みんなのの「ばらしき」を確認するようにあるものの「ばらしき」を立てる顔を見ると、その日の「ママの安定」「家庭の安定」「子どもの笑顔」が目に飛び込んできます。そんなときに「ああ、前はよかった。コント二三回便利だったなあと、どうなったのかわるのはなく、「生き残っただけでもうけもへ」。屋根もあるし、水もある。あとは、お父さんが食料を探してくるから安心しろ」と、前に向く気持ちが大切です。そして、落ちついて「今あるもの」をつめると、まだまだいいともある「がんばつめよう」とパワーも湧いてきます。何より、心が安定してくれたじやない」と、目の前

がスヤスヤと寝息を立てている顔を見ると、

みなさんが元気でいることがうれしいと思つてしまつたりしたことに心がチクッとした痛む

瞬間ありますよね。そんなときは「あら、わかった」と、力強くうなづきます。子どもたちにとって、何がうれしいことか

この子が元気でしてくれるだけでいいの

はあります。親が不満だらけで、心が不安

定だと、それはそのまま、子どもにも反映