



「ことば」が伸びる 上手な子育て

私たちは呼吸をして声帯を震わせて声をだし、音が鼻にもれないよう舌や唇を動かして「ことば」を話しています。お話の練習は離乳食が始まり「じゅくん」と飲み込むことが上手になってくる生後5ヶ月を過ぎるころから本格的に始まります。

◎ことばのビル

ことばが発達するために必要なことを図にしたのが「ことばのビル」です。下図を参考に、赤ちゃん時代はことばの土台となる1階から3階に留意しましょう。

◎共同注意

共同注意とは、「2人以上の人が同じものに注意を向ける」ことです。子どもが見ているときに「「ウキだね」と声をかければそれを飛行機だと覚えられます。そして2歳代へ入るまでの子は「ホラ、見てごらん」など人に促されて注目の方向を変えるのはとても難しいのです。「大人が教えたいものに無理に注意を向けさせる」のではなく「子どもが興味を向けているものについて話かけ」、これがことばかけの際の鉄則で

す。大人が主導でなく、子ども主導です。

◎ことばかけのポイント

- ①子どもの動きをまねる。
- ②子どもの出す声や音をまねてみる。
- ③子どもの気持ちやことをはっきりとあげてみる。
- ④ゆっくり短いことばでくり返す。
- ⑤間違えたことばをさりげなく直す。
- ⑥子どものことばを広げて

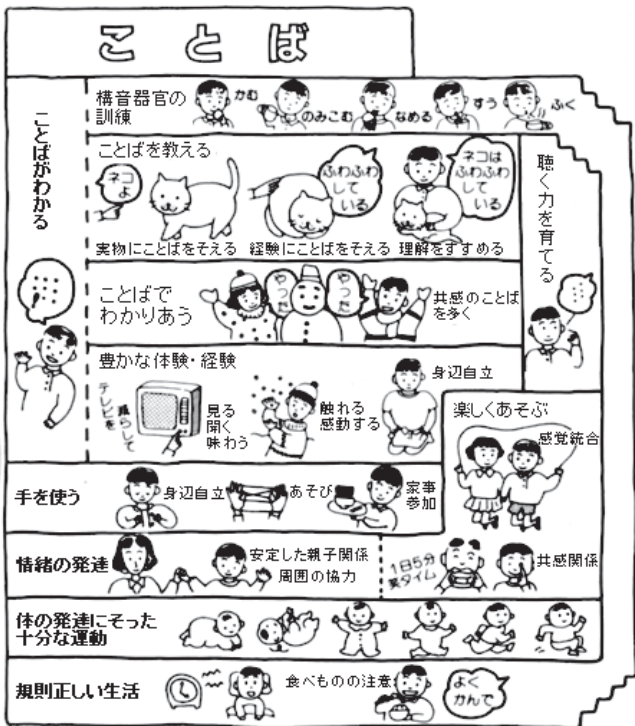
◆問い合わせ

健康管理課健康管理班
☎0233400

返す。例えば「おおっきいブーブー」「ほんとは、大きいブーブーだね、何を積んでいるのかな」と話題を少し広げて返してあげましょう。

◎ことばの教室

健康づくりセンター「プラム」では、言語相談員による幼児のことばの教室を行っています。22年度は実66人、延べ397人が利用されました。気軽にご相談ください。



手作り料理を食卓に!

町食生活改善協議会

材料	ベーコン	40 g
(4人分)	玉ねぎ	120 g
	しめじ	120 g
1人分: 170kcal	にんじん	40 g
	おから	160 g
	牛乳	400ml
	塩	小さじ 1/2 弱
	こしょう	少々
	黒こしょう	適宜

作り方

- ①ベーコン、玉ねぎ、しめじ、にんじんは粗みじん切りにする。
- ②フライパンを熱し、①の材料を加えてよく炒め、おからを入れざっと炒めたら牛乳を加え、塩こしょうをし、ひと煮たちさせて混ぜながら煮る。水分がなくなったら、器に盛り付ける。好みで黒こしょうをふる。

※野菜はベーコンの油で炒めるので焦がさないように注意。牛乳を加えて、ひと煮立ちさせてからは火を弱め、じっくり水分を飛ばします。

かんたん洋風おから

