



寒すぎて外に出たくない日も...

厳しい寒さや、雨や雪で外あそびができない日、親子でどう過ごしていますか？
今回は寄せられた「おうちあそびのお悩み」別に、組合員のみなさんのアイデアを紹介します。
〔「yumyum club」2019年11月5日～19日実施アンケートより〕
〔(ハンドルネーム、イニシャル/子どもの月齢)で紹介しています〕

みんなの「おうちあそび」が知りたい!

76%が困った!

子どもが体力を持てあます

》家の中でもダイナミックにあそぶコツあり!



6歳の娘と**逆立ちの練習**をしています。意外と筋力を使うので疲れるし、楽しいみたいです。
(しのママさん/6歳、3歳)



からだを使う

“親登り”させてます。

小さい子はひざに登るだけ、大きくなったらぐるんと前回りしたり肩まで登らせても。
(Y.M.さん/4歳、1歳)



おっ! すごいぞ!

練習も兼ねて、**階段の昇り降り**をして、適度に疲れてもらう作戦。まだゆっくり手足を使って降りています。
(なおくんママさん/1歳7カ月)

風船はボールのように危なくもなく、赤ちゃんがいても大丈夫だったのでおすすめです。
(milkさん/3歳、1歳3カ月)

投げてキャッチするだけでも楽しめる

動画をうまく使って...

- 動画サイトの子ども用ダンス動画をテレビに映して、みんなで踊る。
(みぼりさん/6歳、2歳)
- 娘が大好きなアニメを録画して、親子でエンディングで流れるダンスをしています。**からだを動かすので、夜よく寝てくれます。**
(Mizuさん/2歳)

40%が困った!

思うように家事ができない

》完璧をめざさず、子どもといっしょにやってみては?



餃子作りを手伝ってもらいました。

ふだんは見せない動画サイトで、餃子を包む動画を見せてからやらせたら、やる気アップ!
(M.I.さん/8歳、5歳)



最近ハマったのは「大掃除」。

扇風機の拭き掃除など、ふだんしないような場所や物の掃除が楽しかったようです。
(みバルさん/5歳、2歳)

「yumyum」で注文した子ども用包丁とまな板を使って、**料理を手伝ってもらいます。**
(さよりんさん/6歳、4歳、2カ月)



すべり止め付きのまな板がおすすめ

いつもパルシステムはネットで注文しているので、たまに**紙のカタログ**を子どもと見るのも楽しいです。
(H.K.さん/7カ月)

「これなーんだ?」「おいしいね」とクイズや食べる真似であそんでも

39%が困った!

あそび方がマンネリに...

》ふだんやらない「特別」があると喜ぶ!



室内で遠足ごっこ。ふだんごはんを食べない部屋でお弁当を食べる。
(ツシマルさん/6歳)

バナナやぶどう、みかんなどの果物を見せたり隠したり、さわらせてたりあそび、最後はいっしょに食べます。
(ゆりたんママさん/1歳2カ月)



「だるまさん」と



果物が出てくる絵本で興味を持ったみたい

あまり遊ばなかったけど、一応とってある**「2軍」のおもちゃ**を出します。いつもと違うものでじっくり遊べて、子どもも親もうれしいです。
(びろママさん/7歳、5歳)

クレヨンは外へ行けない日に遊ぶグッズに。ふだん興味を示さないけれど、たまに出すとあそんでくれます。
(悠MAMAさん/1歳7カ月)



「みつろうクレヨン(スティック)」

「親も息抜きしたい」の声も... ほんひと息アイテム

甘いものが好きなので、パルシステムの**マフィン**など食べてひと息つきます。
(あまぐり2さん/2歳)



「**ショートブレッド**」をコーヒーといっしょに。子どもも好きなので見つからないようにこっそり食べます。
(あまださん/5歳、3歳)



おとなり10ページで紹介中♪

子どもがお昼寝しているときは**ドリップコーヒーや紅茶**をいれて、ゆっくり過ごします。
(ビクーニャさん/4歳)



誌面を作るアンケートに参加しませんか?

「yumyum club」では、子育て中のみなさんの声を大募集! 回答してくれた方には**ポイントプレゼント!**お気軽にご登録ください♪

ヤムヤムクラブ 検索

・ INFORMATION ・

小学生以上の子どもがいる家庭向け『わたしの親子暮らし junior』は、月1回お届け情報といっしょにお届けしています。ご希望の方は、190837を6ケタ記入欄にご記入ください。

次回は**3月2回**

「みんなで解消!入園前の不安」

トイレの練習やお着替え、朝の登園準備...入園前は不安がいっぱい。先輩ママ/パパの不安解消アイデアを紹介します。