

# ～お家で作ろう！親子クッキング～

芦屋市立こども園・保育所

## クッキングやお手伝いの前には・・・

新型コロナウイルスなど感染症が流行っています

予防の決め手は、

### ピカピカ手洗い



洗い残しやすい指先・親指・指と指の間、手首などは丁寧に洗いましょう！

## お手伝い 子どものやる気をそだてましょう！

子どもはお手伝いが大好きです。お手伝いをすることで子どもは、出来たという達成感や自分も役に立っているという自立の心が芽生えます。どんなに小さなことでもよいので、子どもに役割を作ってあげてください。子どもが「(お手伝いを)してあげる」と近寄ってきたらチャンスです。「手伝って」のひと言で、子どものやる気は全開です。「ありがとう」、「助かる」などの感謝の言葉をこまめに伝えるとやる気はどんどん育ちます。

### 野菜を洗う



野菜の皮をむく



テーブルをふく



食器を下げる



食器をしまう



## 子どもにお手伝いをしてもらおう時

### ◆見本を見せる

最初は大人が見本を見せましょう。正しいやり方を見せた後は、事故やけがの危険がないように見守ることが大切です。失敗してしまった時は、叱らずに、どうすればよいかをアドバイスするようにしましょう。



### ◆継続的に行う

お手伝いは、一度きりで終わらせないで習慣づけるようにしましょう。家庭の中で役割を持つことは、子どもにとってとても大切な事です。



### ◆心と時間にゆとりを持つ

心と時間に余裕のある時に行いましょう。初めての時は、なかなかうまくできないものです。失敗しても叱ったり、役割を取り上げたりしないようにし、ゆとりのある時にお願いするようにしましょう。



### ◆感謝の気持ちを伝える

お手伝いをさせた後は「上手にできたね」「助かったよ」「ありがとう」などの言葉をかけてあげましょう。子どもにとって、ほめられたり感謝されたりすることは、自信につながります。また、お手伝いを続ける動機にもなります。

