



5月 もんもんちゃん家の おはなし

2号 2018/05/31

もんもん保育園 高野 洋奈

5月は心地よい日が続いていましたね。ピカッと晴れた青空の下で子どもたちの元気な声が聞こえていました。あっという間に明日から6月です。梅雨が近づいてきているようにも感じます。今年度も2カ月が経ち、クラスも少しずつ落ち着いてきています。

先月号のテーマ「抱っこ」ではお母さんから、「やってみました。最近、あまりかまってあげられてないと思っていたので、良かったです。本当に10秒で『もういい』って自分から離れていくんですね。」と話してくれました。実践して頂き、とても嬉しかったです(*^_^*)

今回のテーマ 「 子育てまっただ中、平日の時間の活用方法 」

Q：みなさんどうやって時間を使われているんですか??

A：そんな質問が保護者の方からありました。そこで、何人かのお母さん、お父さんに教えて頂いた子育ての時間のやりくり方法を教えて頂きました。保護者の方々は時間を作って日々、努力されていることを改めて感じました。各ご家庭で参考にできる部分があればどうぞ、真似をして効率の良い方法を見つけて頂ければ嬉しいです。

あるお母さんに聞きました！（子ども2人：小学生と保育園児）



時間	この時間にやっていること
4：00～5：00の間に起床	起床後
※子どもが起きるまでが勝負の時間なんです！！ 何をどこまで終わらせられるか。掃除は起きるまでの時間に出来る所までやっています。	① 自分の身支度を済ませる ② 乾いている洗濯物を畳む ③ 掃除を部分的にちょこちょこする ④ 朝ごはん、夜ご飯の支度を途中まで…
5：00～保育園児が起きてくる	子どもが起きてきたら着替えを手伝う 朝食の続きや夜ご飯の続きを作る 保育園の支度、忘れ物のチェック
7：00小学生が起きてくる	子どもが自分のことをしてくれるので、 その間にできればトイレ、洗面所の掃除、掃除機
8：00 登園	
18：00 降園	帰宅後直ぐに、夕食作り（子どもと作ることも） 夕食
19：40	保育園児と入浴、小学生ドリル後入浴
20：15 ～	お風呂掃除、歯ブラシ
20：30～40頃 就寝	寝られるように仕組む「ママ先に寝るからね～」

※献立は土日に子どもとメニュー決め、その後買い出しをしています。仕事の昼休みを使っておむつ入れのビニール袋を折ったり、洋服の名前を付けたり、子どものドリルの○付けをして工夫しています。祖父にも手伝ってもらっています。朝と晩に来てくれるのでその間に、自分のことや掃除ができます。夜は紙芝居も読んでくれているので助かっています。と教えてくれました！！

あるお父さんに聞きました！（子ども2人：小学生と保育園児）



時間	この時間にやっていること
3:00 過ぎから4:00 の間に起床	起床後
※こどもが寝ている時間がチャンスなんです。その間に勉強をしています。子どもも起きると一緒に勉強をしているんです。	① 夜の洗い物 ② 夕食の仕込み ③ 勉強
5:30 小学生が起きてくる	ドリルをやる時間
6:00 保育園児の起きてくる～ 6:15 父出勤	朝食づくり、お弁当作り、夕食の続き、支度をしながら朝食を食べる、子どもの着替え、朝食、母身支度、歯ブラシ等
7:30 登園	
18:00 母兄の学童迎え 18:30 父園児迎え	帰宅後直ぐに母と小学生入浴
19:00～	小学生のお風呂後、保育園児が母と入浴。 父と交替して入浴、小学生がこの間夕食を食べる 入浴しながら洗濯機を回す。洗濯物を干して寝る
20:15～30	歯ブラシ後布団に入り、おしゃべるタイム
21:00 過ぎ 就寝	父：アルコールタイム自分でつまみは作ります

※日曜は母が勉強したいと言っているので、協力して食事を作っています。協力し合わないといけないです。献立は日曜に買い物しながらその場で考えて買っています。

あるお母さんに聞きました！（子ども2人：保育園児）



時間	この時間にやっていること
7:30～8:00 の間に起床	起床後
9:00 登園	① 朝食 ② 夜に干しておいた洗濯物をしまう ③ 保育園の支度 ④ 自分の支度
20:00 降園～20:30 ※勝負の時間です！！ この時間帯でこどもとラブラブ♡したり、お手伝いをしてくれます。コミュニケーションの大切な時間です。	① お風呂の準備（お風呂が沸くまでの間に…） ② 保育園の片づけ ③ ちょこっとおやつ（飴など） ④ ラブラブタイム♡ ⑤ 朝ご飯の食器とお箸セット、コップの洗い物

	⑥ 洗濯物を畳む ⑦ 録画したアニメを一緒に見ることも
20:30	入浴、洗濯機も回す
21:00~30 子ども寝る	歯ブラシ、寝る準備、 ぎゅーとチューとタッチをして寝ます。
21:30~24:00	洗濯物を干す、食器が洗えれば洗う、朝食準備 仕事をして寝ます。

※帰りの車内で保育士の引き継ぎをヒントに子どもと会話をしています。なかなか話そうとしないので、ヒントがあつてとても役に立っています。と教えてくれました。

どのご家庭も、お迎え後の「子どもを早く寝かせてあげたい」という気持ちが強く、時間を工夫されていることが分かりました。睡眠の大切さや必要性を感じているんだと感じました。そしてもう一つ共通して感じたことは「自分の時間がなかなか作れていないこと」です。子育て中は本当に時間があつという間に過ぎ、時間が足りないくらいだと思います。日々の少しの上手な息抜き方法があれば、教えて下さい。また、お便りとしてお知らせしたいと思います。

保護者の方に質問です！

ある幼児クラスの男の子のお父さんから、質問がありました。



Q：休日、子どもとどれくらい、どこで遊んでいますか？

2時間半～3時間は遊ばせていますが…。活動量を教えて欲しいです。

(休日、いつも一緒に過ごしているんですが、どのくらい遊ばばいいのか、他の皆さんはどのくらい子どもを遊ばせていますか？)

→お返事お待ちしております。

お返事方法として、

ノートにお返事を記入頂く、高野に話かけて頂く、子どもの靴箱上のご意見ボックスに入れて頂く、いずれかの方法でお返事を頂けると嬉しいです。

ご協力宜しくお願い致します。