

Q9

ごはんのときに動き回って、  
おとなしく椅子に座っていません。  
食事のしつけは、いつごろから  
すればよいのでしょうか。



A

活発なお子さんだと、3歳になってもまだ椅子にじっと座っていない場合もあるかもしれません。一応の目安は、3歳にはみんなが「いただきます」するのを待って、椅子に最後まで座って食べられるようになるといいですね。

そのためには、たとえ動き回るにしても、「ちゃんと座っていないのは、恥ずかしいなあ」「みんな待っているのに、〇〇ちゃんだけ食べ始めるのは、おかしいよ」などと、1歳2歳のころから言葉で伝えておくといいのではないのでしょうか。

幼稚園に入園するのは、3歳か4歳です。これは「集団生活ができる」という、ひとつの目安です。集団生活ができるとは、自分以外の人がいることがわかり、他の人のことを考えられ、みんなに合わせた行動ができるということです。

また、スプーンの持ち方、はしの持ち方、おわんの持ち方なども、3歳には少しずつ言い聞かせてもいいと思います。上手にできなくても、「この持ち方ではなくて、お母さんみたいな持ち方をするんだ」とわかってくれば、いずれ身についていくでしょう。

