

気温と湿度を測ってみる

毎朝、気温と湿度を計測させよう。「25℃ってこれぐらいの暑さなんだ」「昨日より涼しいね」「今日は雨だから、湿度が高いね」といった会話をすれば、気温や湿度が感覚的に理解できる。「毎日計測したら、数字を単純化（小数点以下を切り捨て）してもいいので、自分で棒グラフに書いて、日々の変化を比べさせてみましょう」（鈴木さん）。



〔理科〕

ゴミの分別をする

缶詰の空き缶や、肉が入っていたパックなど、夕食の支度で出たゴミを正しく分別して捨てさせよう。缶はこのゴミ箱、プラスチックはこのゴミ箱といったように、具体的に捨てる場所を教えておく。その際にはリサイクルの話をして、世の中のことを意識させるようにしよう。



〔社会〕



未就学児の朝・夕方トレー

〔生活習慣〕

朝は洗面所のタオル交換 夕方は植物の水やり

毎朝1つ、毎夕1つ、担当の仕事を決めて必ずやらせよう。「係を決めることで、子どものやる気が断然違ってきますし、自信につながります」（鈴木さん）。お手伝いの内容は、親のやることをサポートさせるより、子どもが単独でできる仕事を。例えば、朝なら洗面所のタオル交換、新聞取り。夕方なら洗濯物たたみ、植物の水やりなど。



〔記憶力〕

洗濯物をしまおう お手伝い

「Tシャツは左の列の上から3番目の引き出しに、ズボンも右の列の下から2番目の引き出しに入れて」などと言いながら具体的な指示で洗濯物をしまわせよう。「言うのは1度だけにすることで、記憶力が向上します」（鈴木さん）。スーパーに出かける前に購入したいものを見せておき、売り場で探させるのもいい。「子どもが見慣れているお菓子や飲料は避け、調味料などにします」（鈴木さん）。



翼会エール代表
鈴木紀子さん

長男、長女の小学校受験を経験後、幼児教室の講師となる。1998年、東京・成城で、幼稚園・小学校受験のための幼児教室「翼会エール」(<http://www.aidc.co.jp/>)をスタート。現在は東京・日暮里で教室を開いている。

番目の引き出しに、ズボンは右の列の下から2番目の引き出しに入れて」などと、ちよつと複雑な指示を出してみよう。

「どんなことでも先回りして親がお膳立てしない。逆に「何か困らせられることはないか」と考えてみましょう。子どもは自分の力でやってみたり苦労することで、スキルを身に付けていくものです」（鈴木さん）

慣れない子どもは、最初のうちは5分や10分で終わらないことがあるかもしれない。だが、親はなるべく手も口も出さずに待つようにし、最後までやり遂げる大切さを覚えさせよう。