

新年度目前！

親子で片付け大作戦

年度末で大人も子どもも忙しくなる前に、この3月の休日を利用して片付けをしませんか？「片付け」には、衛生面はもちろん、子どもの気持ちを落ち着けたり、集中力をアップさせたりするなどの効果が期待できます。親子で片付けをして、気持ちよく新年度を迎えましょう！

STEP2

何を片付けようか？ **ルールを決めてお別れを**

習字やポスター、教科書にプリント、玩具…。思い出の詰まったものばかりかもしれませんが、時には捨てる選択も必要です。保存期限や保存の仕方などについて**ルールを決め、取捨選択をしましょう**。捨てるときには、思い出を語り合えるとよいですね。

ルールの例

玩具や衣類…使わなくなって1年を目安に捨てる
習字やポスター…写真を撮って原本は捨てる
教科書やプリント…復習が終わったものは捨てる。来年度も活用できるものはバインダーにまとめて教科ごとに収納する



STEP1

どこから片付けようか？

ゴールが見えるとやる気もアップ

「洋服タンス」「机の引き出し」「ベッドの周り」など**部屋を小さく区分**し、どこから手を付けるかを子どもと一緒に決めましょう。小さく分けることでゴールがはっきり見えると、やる気もアップします。

STEP3

どこにしまおうか？

「収納先は近くに設置」が鍵

散らかってしまう大きな原因は、片付けるのが「面倒」だから。片付けるのに動作や歩数が多くなるほど、面倒だと感じてしまいます。収納箱や棚は、その物を**よく使う場所の近くに置きましょう**。

おわりに



子どもがやる気になる声かけをしよう

子どもが自分で片付けをするようになるためには、親の言葉掛けの仕方がとても大切です。「早く片付けなさい！」ではなく、まずは「いつ片付けができるかな？」と子どもに聞いてみましょう。「このテレビが終わったら」と自分で考えてくれるはずですよ。人に言われるよりも、自分で決めたことの方が実行はしやすいもの。そして少しでもできたら褒め、感謝の言葉を伝えましょう。ポイントは、「**子どもに自分で考えさせること**」、そして「**褒めること**」です。新年度に向けて、家庭で楽しく片付けに取り組んでみてくださいね。