



今年の秋は、夏のように暑い日があったり、大雨が降り続いたり、歴史的な台風の訪れがあったりと、胸の痛い日も続きました。どうか、被害に遭われた皆さまに一日も早く平穏な日々が訪れますように…。

子育てをしている中で、日々頭を悩ませているのが朝のバタバタ問題。これには朝の身支度や送迎だけでなく、朝食の準備も含まれております。朝、子ども達を起こした時に気持ちとのタイミングが合わなければ、身支度も朝食も中々進まない我が家の子どもたち。また、どうしてもトーストなどのパン系の朝食を用意しがちな私ですが、子ども達はどうかやご飯派で、ご飯にした時には進みの良さを感じていました。

そこで、お手伝い大好き姉妹にピッタリの朝食を見つけた私。



ふりふりごはんボール
¥100+税

↑こちらです。

自分で好きな量のご飯を入れ、ふりふりしてもらいます。そして、朝何種類かのふりかけや鮭フレークなどを用意しておき、自分の好きな物をかけたり、混ぜたりして完成です。

子ども達は1ヶ月以上経った今も、ご飯系の朝食にする時には自分で「きょうはこのあじにする」とワクワクしながら選び、自分で作ったおにぎりを嬉しそうに食べています。

「はやくして～」と言ってしまいがちや朝の時間。ちょっとしたワクワクを取り入れていければ良いなと日々模索しながら過ごしています。

毎日の育児、お疲れ様です！

