

# 幼児期の育児

毎日の育児

## 朝の準備 (分)

子どもを起こす	トイレ	食事の準備	食べさせる	歯磨きをする	着替え	検温して記入する	身支度をする	車に乗せる	園に送る
---------	-----	-------	-------	--------	-----	----------	--------	-------	------

## お迎え～就寝 (分)

園に迎えに行く	園や公園で遊ぶ	手洗い着替え	おやつ	おうち遊び	食事の準備	食べさせる	お風呂の準備	体を洗う	体を拭く
---------	---------	--------	-----	-------	-------	-------	--------	------	------

## その他

保湿ケア	服を着せる	髪の毛を乾かす	歯磨きをする	トイレ	絵本の読み聞かせ	寝かしつける	連絡帳を書く	持ち物の準備	トイレトレーニング
------	-------	---------	--------	-----	----------	--------	--------	--------	-----------

## 入園準備

園見学情報収集	入園の申込書入手	入園の申込書提出	面接	入園手続き	入園前説明会	入園グッズ購入	手作りグッズ製作	名前を書く	一日体験入園
---------	----------	----------	----	-------	--------	---------	----------	-------	--------

時短 製作代行 時短 お名前スタンプ

## 幼稚園・保育園

個人面談	保育参観	保護者会	行事の手伝い	製作の材料準備	お弁当
------	------	------	--------	---------	-----

時短 冷凍食品

## その他

習い事の送迎	予防接種健診	風邪・病気の対応	おねしょの処理
--------	--------	----------	---------

不定期

# 児童期(小学校低学年)の育児

毎日の育児

## 朝の準備 (分)

子どもを起こす	食事の準備	水筒給食セット準備	検温して記入する	持ち物チェック	身支度の声かけ
---------	-------	-----------	----------	---------	---------

## 週末の洗濯

運動着給食着洗濯	上履き洗う	給食着アイロン
----------	-------	---------

毎週

## お迎え～就寝 (分)

児童クラブに迎えに行く	宿題・音読チェック(丸つけ)	連絡帳チェック	プリントチェック	おやつ準備	習い事送る	水筒給食セットを洗う	食事の準備	習い事迎えに行く	歯磨き仕上げ
-------------	----------------	---------	----------	-------	-------	------------	-------	----------	--------

時短 丸つけアプリ

## 入学準備

ランドセル購入	就学時健診	児童クラブ申し込み	入学説明会	学用品購入	手作りグッズ製作	名前を書く	給食費口座振替の手続き	提出書類を書く	通学路の確認
---------	-------	-----------	-------	-------	----------	-------	-------------	---------	--------

時短 製作代行 時短 お名前スタンプ

## 小学校

個人面談	授業参観	学級懇談会	旗振り	PTA活動	奉仕作業	学用品購入	「お家の人からひとこと」を書く	図工や生活の材料準備	お弁当
------	------	-------	-----	-------	------	-------	-----------------	------------	-----

時短 冷凍食品

不定期

