

# 子育てを楽しむために、まずはお子さんの成長への気づきが大切です！

子育ての小さな「ギモン」ありませんか？(上部の  内は3歳前後の発達段階です)

## 1 ことばの発達

- ①物の名前や単語がどんどん出てくる
- ②言葉を組み合わせて話す
- ③自分の年齢や名前も言える



でもね・・・こんなことありませんか？

- ①単語の数が少ない、音が不明瞭、どもりがある(説明が上手にできない。お友達と話せない等)
- ②会話が成立しない(一方的に話す、好きな事のみを話す等)

### なぜ、言葉が大切なの？

言葉は、気持ちを伝えたり、要求や希望を伝えたりするための基本的な手段です。言葉が苦手だと思いが伝わりにくいので、困り感も強くなります。伝わった経験が必要です。



### 発達を伸ばすためには？

言葉を沢山かけてもらうことで、「話したい・伝えたい」気持ちが育まれます。言葉を無理に教えるよりも、関わりの中で沢山の言葉を掛け合い、楽しい時間を作ることが、言葉の発達を促します。

また、お子さんへ話しかける際、どの様にするのが良い事なのか理解しやすくするため、具体的に短い言葉で伝えましょう。(椅子に座る時は背中を正し、背もたれに背中をつける等)

## 2 運動の発達

- ①体のバランスをとるのが上手になる(片足立ち、手を使わずに階段の上り下りができる等)
- ②一人でできることが増える(靴や服を着たり脱いだりできる、スプーンを使ってこぼさずに食べられる等)



でもね・・・こんなことありませんか？

- ①バランスをとるのがぎこちない(歩いたり走ったりする時、また後ろ向きに歩けない等)
- ②同じ姿勢を保持するのが難しい(長時間座ってられない等)
- ③転びやすい
- ④食事を手づかみで食べたり、食べこぼしが多い

### なぜ、運動が大切なの？

運動といっても様々で、粗大な動きも手先の動きも運動の一つです。苦手だと、みんなと同じ動きができなかったり、絵を描きたがらなかったりします。姿勢の維持も生活の中で大切なスキルです。運動は様々な力を発揮する為の大元です。



### 発達を伸ばすためには？

運動は体を使う「粗大」なものや手指を使う「微細」なものがあります。そして、苦手感を持つとやらなくなる傾向があります。他の子と比較せず、遊具で遊んだり、絵を描いたりしながら、できた事をたくさん褒めてください。自分でできるまでは、お手本を見せ、真似をさせながら、イメージが湧くようにしましょう。



## 3 遊びの広がり

- ①遊びの幅が広がる
  - ・友達と積極的に遊ぶことができるようになる
  - ・ごっこ遊びや、リズムに乗って遊ぶ
  - ・音楽に合わせて体を動かす
  - ・鉛筆で丸が書けたり、はさみやのりが使える
- ②順番や簡単なルールが守れる



でもね・・・こんなことありませんか？

- ①ひとり遊びが多かったり、同じ遊びばかり繰り返す
- ②友達と一緒にいても、友達とのやり取りが苦手
- ③一つの遊びに集中できない(目移りする)
- ④おもちゃの貸し借りが上手くできない(上手にコミュニケーションが取れない、すぐに手が出る等)

### なぜ、遊びが大切なの？

遊びは、社会性の発達にとっても大切です。友達と折り合いをつけたり、物の貸し借りも「遊び」の中から経験していきます。遊びを通した豊かな成功体験は、大切な自己肯定感も育てます。



### 発達を伸ばすためには？

遊びを通じて友達との関わりを増やしていきましょう。上手に関われた、遊べた経験を多くすることで、対人的なスキルが身に付きます。チャレンジさせて、できた事を褒める事も発達には有効です。大人が子供同士の関りに上手に協力し、成功体験を増やしましょう。

また、日中の活動のためにも、生活のリズムを整え、早寝早起きを心がけましょう。

## 4 普段の生活

- ①感情表現が上手になる(場面に応じた嬉しい、楽しい、悲しい等を示す)
- ②生活習慣が身についてくる



でもね・・・こんなことありませんか？

- ①場面の切り替えができない(すぐに癇癪(かんしゃく)を起こし、物にあたりたり、おさまらない)
- ②こだわりが強い
- ③話が聞けない、目線が合わない
- ④過敏な反応がある(音や特定の物、シャンプーなど)
- ⑤トイレで排泄できない(トイレを教えない、オムツの中にしか排泄しない)

### なぜ、普段の生活が大切なの？

子どもの発達を支えるのに「しつけ」は大切な役割。子どもを叱ってばかりでは成長しません。普段の生活での様子には、子どもの困り感が隠れているかもしれません。生活場面でしか身につかない力も多くあります。



### 発達を伸ばすためには？

気になる行動が、生活場面の中では沢山見られます。本人の問題だけでなく、関わりの問題もあるかもしれません。子どもがどのような場面で気になる行動をするのか観察して、特徴をまず知りましょう。どの様な行動にも必ず意味があります。愛着関係の構築の意味でも、上手に褒め叱り、行動の意味に沿った冷静な対応をしましょう。



色々やってみたけれど、これでいいのかなあ・・・  
 と思った時は相談してみましよう！

<身近な相談窓口>

・保育園、幼稚園

電話番号 ( )

・各市町の相談窓口

	機関名	相談支援・内容	所在地	電話
1	千葉県夷隅健康福祉センター (夷隅保健所)	保健福祉相談	勝浦市	73-0145
2	勝浦市福祉課子育て支援係	お子様の体のこと・ 心のこと・発達の こと等の相談	勝浦市	73-6618
3	いすみ市健康高齢者支援課		いすみ市	62-1162
4	大多喜町健康福祉課		大多喜町	82-2168
5	御宿町保健福祉課		御宿町	68-6717

この他に民間の相談機関もあります。必要な相談機関におつなぎすることもできますので、  
 ひとりで悩まず、まずは遠慮なく御相談ください！

☆お子さんの健やかな成長のため専門家からのアドバイス☆

お子さんの「自己肯定感」を高めましよう！



<自己肯定感とは？>

- ・自分は生きる価値がある、誰かに必要とされていると、自らの価値や存在意義を肯定できる感情の事です。自己肯定感の高いお子さんは、前向きで自分に自信を持てるようになります。ほめることは、お子さんの「自己肯定感」を高めます。

<日頃から出来る事>

①ほめる子育て、叱り上手になりましよう

- ・やらない事よりも、やった時や出来たところに注目して必ずほめましよう。そして、お子さんが何かしてくれたらその都度「ありがとう」を伝えながら、子どもの意欲を引き出しましよう。
- ・叱る時は、お子さんの動きを止め、目を見ながら行為を叱り、理由を伝えましよう。中々一度では伝わらないので、辛抱強く繰り返し関わらましよう。また、お子さんの行為に対して親自身の気持ちを伝える事も大切です。

②伝え方を工夫しましよう

- ・お子さんに難しい言葉で伝えていませんか？  
(例:「ちゃんとして」「もっとしっかりして」等)
- ・どの様にするのがちゃんとする、しっかりする事なのか、具体的に短い言葉で伝えると理解しやすいです。(椅子に座る時は背中を正し、背もたれに背中をつける等)

③日頃の健診や関係機関を活用しましよう

- ・健診や相談等もお子さんの健やかな成長を支える大切な手段となります。
- ・また、一人で悩むより、相談することで子育てのヒントを見つける事が出来ますので、是非、利用しましよう。

# エンジョイ子育て

## ～子育ての楽しみを一緒に考えましよう～



年齢ごとのお子さんのイメージ

2歳頃	3歳頃	4歳頃	5歳頃
「ワンワン、きた」のように二つの言葉をつないだ2語文を話すようになります。	自分の名前が言えるようになり、日常会話ができるようになります。	親しい人と不自由なく日常会話ができるようになります。	好きなものになりきる遊びや、見立て遊びをするようになります。
自己主張が強くなり、自分の思うようにやりたがりです。			決まりや遊びのルールなどを守れるようになり、順番を決めて友達と遊べるようになります。