

こどもの 発達ガイドブック





- ① 0ヶ月～4ヶ月の赤ちゃんの発達
- ② 4ヶ月～6ヶ月の赤ちゃんの発達
- ③ 7ヶ月～8ヶ月の赤ちゃんの発達
- ④ 9ヶ月～12ヶ月の赤ちゃんの発達
- ⑤ 1歳～2歳のこどもの発達
- ⑥ 3歳～5歳のこどもの発達
生活習慣を整えるサポート
- ⑦ プレ学習期（4歳から5歳）



0ヶ月から4ヶ月の赤ちゃんの発達

にっこり笑顔にすやすや寝顔、赤ちゃんっていつまでも見ていても飽きない存在。でも、「泣き止まない、困った」「大変」…と思うこともたくさんあります。一人で悩まないで、一緒に子育てを楽しみましょう。

	からだ	心・ことば 社会性	育児 遊び	栄養
0ヶ月 保健師が赤ちゃん訪問 に伺います	快・不快がわかる  30cm先を筒状に見ることができ	お母さんと視線を合わせることで安心します	はっきりした色や人の顔を好みます。色彩豊かな、きれいな音の出るおもちゃを選びましょう。 1ヶ月を過ぎたら外気浴、日光浴を少しずつ始めましょう。	母乳：赤ちゃんが飲みたい時、飲みたいだけあげましょう。時間は左右約10分間ずつ(目安) 飲み残しが多い時は、絞って空にしておきましょう。
1ヶ月	顔を左右に動かせるようになる	表情がでてきます あやすと笑う	たくさん触れてあげてスキンシップを通して肌でコミュニケーションをとりましょう。 たくさん抱っこしてあげてください。抱き癖は気にしないで。	粉ミルク：飲む量は個人差があり、表示はあくまで基準です。 体重の増え方や母乳やミルクの量が不安な方は、保健師に相談してください。
2ヶ月 予防接種を受けましょう	うつぶせにすると、あごを持ち上げるようになります 昼と夜の区別が付きはじめます	意識的に笑ったり声をだします	音を聞かせるおもちゃ(ガラガラ、オルゴール) 遊びの中でうつぶせをさせましょう。うつぶせの時間は目を離さないで！	尿は1日6~8回、便は3~8回が目安です。
3ヶ月	視力が0.02程度で薄暗い状態です		ながめて音を聞くおもちゃ(オルゴールメリー等) 布団は固めにして、仰向けに寝かしましょう。軟らかいと窒息の原因になります。	こんな時は母乳不足かも… ①いつまでも吸って離さない ②体重の増え方が悪い ③毎回2時間もたず、空腹になって泣く
4ヶ月	首がすわる			5、6ヶ月ごろまでは母乳・粉ミルク以外は特に与えなくても大丈夫です。

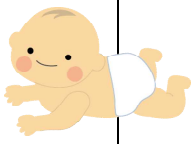




病院のかかり方
 日頃からかかりつけの病院を決めておきましょう。いつもと何か違うなと思ったら受診しましょう。

お母さんの身体の様子
 出産後はホルモンバランスの変化で精神的に不安定になります。一人で悩まずに保健師に相談してください。

産後ケアについて
 出産後のお母さんの「からだ」と「こころ」のケア、母乳育児の方法やおっぱいトラブルの対応、赤ちゃんの発育の確認などの支援を行います。詳しくは健康係(TEL:52-2188)までお問い合わせください。

4ヶ月から6ヶ月の赤ちゃんの発達

ねんねばかりだった赤ちゃんも、この時期、首が座り、寝返りをし、お座りし、目覚ましい成長を果たします。また、こころも発達し自我が芽生え、自分の意思を伝えようとします。発達にも個人差があります。他の子ができるからといって焦らないで大丈夫です。





	からだ	心・ことば 社会性	育児 遊び	栄養
4ヶ月	<p>体重：産まれたときの約2倍以上 身長：約15cm増加</p> <p>首がすわる</p> <p>視界に入ったものを目で追うようになる(追視)</p> <p>両手を顔の前に持っていきことができる</p> 		<p>おもちゃは、なめても良いもの、飲み込めないものを選びましょう。</p> <p>つかみやすいやわらかい人形や、つかみやすい網目状のボールなど、転がしたりひっぱったり、触ったりすることを楽しむおもちゃを準備しましょう。</p>	<p><離乳食開始のサイン></p> <p>①大人の食べている様子を目で追う。 ②よだれがたくさん出る ③発育が順調で病気をしていない ④首がすわっている ⑤支えがあれば座れる</p>
5ヶ月	<p>音がした方向を向く</p> 	<p>話しかけるとアーウーなど、声を出して喜ぶ</p> <p>嬉しい、悲しいという感情を声に出す</p> <p>親と他人の顔を、多少区別する</p>	<p>予防接種は受けていますか？個人通知はありません。「予防接種スケジュール」を見て、計画的に受けましょう。</p>  <p>歯がはえる前から、保護者が口の中を指で優しくマッサージして、口の中に指が入ることに慣れさせておきましょう。</p>	<p>ごっくん期(ポタージュ状)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・午前中に1回(授乳前に) ・味付けはしないことが基本、素材の味で ・離乳食の後は、母乳かミルクをあげましょう。 ・まずは1さじから始めて、様子を見ながら徐々に増やしましょう。 <p>※新しい食材を増やすことにこだわらなくても大丈夫。スプーンの刺激や食事の雰囲気慣れることが大事です。</p> <p>☆おかゆに慣れてきたら野菜・たんぱく質を与えていきましょう。</p>
6ヶ月	<p>寝返りができるようになる</p> <p>両手をついて、少しの間座ることができる</p> <p>おもちゃを一方の手から他方の手へ持ちかえることができる</p>		<p>寝返りを促すような遊びをしましょう。片方の股関節を曲げて、後ろからおもちゃを見せながら、少し体をねじってあげます。そうすると赤ちゃんの力で腹ばいになります。</p> <p>いないいないばあが大好きです</p> <p>何でも口に持っていくので危険なおもちゃは避けましょう。寝返りをするまでに一度家の中を点検しましょう。</p> 	



「離乳食、初めてでわからない、順調に成長してるのかな。」等、不安に思うことがあれば、気軽に相談してください。赤ちゃんサロンでも離乳食についてお伝えしています。ぜひご利用ください。

7ヶ月から8ヶ月の赤ちゃんの発達

どんどんと活動範囲も広がって、目が離せない時期ですね。離乳食も少しずつ進んで2回食になります。たくさん食べてくれる子、なかなか食べてくれない子、個人差がありますが、焦らずゆっくり成長を見守ってあげてください。疲れたら少し休んでも大丈夫ですよ。

	からだ	心・ことば 社会性	育児 遊び	栄養
7ヶ月	<p>手を離してお座りできるようになる</p> <p>視力が0.05程度になる</p> <p>歯が生え始める</p> <p>後ろずりばいを始める</p> <p>手に持っているもので、机などをたたく</p>  	<p>「あー」「うー」などお話ができるようになる</p> <p>人見知りが始まる</p> <p>人見知りは、心が順調に発達している証拠です</p> <p>養育者との信頼関係ができる</p> <p>欲しいものがあると声を出す</p> <p>遠くのおもちゃをとろうとする</p>	<p>赤ちゃん顔と顔を向かい合わせ、赤ちゃんが出す「あー」や「ばばば」などの喃語をまねしてお話しましょう。</p> <p>「はい」「ぱちぱち」「ばんざーい」などの身振りを使ったやりとりもしてみましょう。手を取って動かしてあげてもいいですね。</p> <p>歯がはえてきたら、ガーゼで拭いてあげましょう。歯ブラシを始める前に慣らしておくことが大切です。</p> <p>「いないいないばあ」も大好きです。(記憶と予測を促します)</p>	<p>もぐもぐ期(豆腐状) 舌で潰して飲み込む練習</p> <p>・ごっくん期の離乳食を口に取り込んで、唇を閉じてゴクツと飲み込めるようになったら、もぐもぐ期へ進む</p> <p>・1日2回食に(午前・午後)</p> <p>基本、授乳は離乳食の後に与えましょう。ただ空腹だと機嫌が悪くなり、離乳食を食べないことがあります。その場合は少し授乳してから離乳食をあげてもよいでしょう。</p>
8ヶ月		<p>探究心が旺盛になってくる</p> <p>赤ちゃんサロンでもふれあい遊びをしています。ぜひ参加してみてくださいね。</p>	<p>身体を使ったふれあい遊びもいいですね。大人が足を伸ばして座り、膝の上に乗せて電車のように身体を左右に揺らします。お腹の上に乗せたり。</p> <p>戸外でも十分遊ばせてあげましょう。</p> <p>事故には十分注意しましょう。</p> 	<p>赤ちゃん用のジュースやスポーツドリンクは不要です。お茶・湯冷ましをしっかりと飲むようにしましょう。</p> <p>ハチミツは乳児ボツリノス病予防のため満1歳までは与えない</p> 

この時期に多発する事故






手が自由に使えるため、扉や箱を開けて、物を口にに入れるので誤飲の可能性が高いです。

高いところには上がれるが、下りることができないので転落に注意しましょう。

危険なものの判断ができず、言葉で言ってもわからないので、定期的に家の中の点検をしておきましょう。

9ヶ月から12ヶ月の赤ちゃんの発達

行動範囲が広がり、穴があれば指を入れてみる、珍しいものがあれば口に入れる、大人が想像できないくらい好奇心旺盛。危ないからと言って何でも禁止しないで、見守れそうな時はそっと見守り、好奇心の芽を摘み取らないでください。でも、本当に危険な時はしっかり注意してあげることも忘れずに…。

	からだ	心・ことば 社会性	育児 遊び	栄養
9ヶ月	<p>ハイハイを始める</p>  <p>上下2本の歯が生えてくる</p>		<p>赤ちゃんの動きを誘うおもちゃで遊んでみましょう(太鼓、ラッパ、積み木など)</p> <p>絵本を見せてたくさん読んであげましょう。</p>  <p>たくさんお話ししましょう。</p> <p>人まね遊び</p>	<p>かみかみ期(バナナ状) 歯茎で潰して飲み込む練習</p> <ul style="list-style-type: none"> ・1日3回食に(離乳食の量が増えると母乳・ミルクの量は少なくなります) ・なかなか順調に進まなかったりすることもあります、固さの確認をしたり、赤ちゃんに合わせて進めていきましょう。 ・家族の料理の味付け前の物と取り分けたり、負担にならない方法で与えていきましょう。 ・少しずつ哺乳瓶を離す練習を。使用が長くなるとむし歯の原因になります。
10ヶ月	<p>親指、人差し指で物をつかめるようになる</p>  <p>つかまり立ちをするようになる</p>	<p>後追いをする</p>  <p>ほめてもらうのが大好き</p>	<p>歯磨きはしていますか? 歯がはえてきたら歯ブラシを使って歯磨きをしましょう。</p> <p>朝は●時に起きて夜は▲時に寝る等の生活習慣を身につけましょう。</p> <p>一日の流れや状況の理解につながります。</p>	
11ヶ月	<p>バイバイができるようになる</p> <p>つたい歩きをするようになる</p> 	<p>人まねが盛んになる</p> <p>身の回りしたこと、ものについての簡単な言葉を理解するようになる</p> <p>名前を呼ぶとふりむきます</p>	<p>積み木</p> <p>目の前でおもちゃをハンカチの下に隠します。ハンカチをめくって自分で見つけれられるかな。無くならずそこにあるというイメージの理解が深まります。</p> <p>見つかって嬉しい気持ちに共感してあげましょう。</p>  <p>お絵かき(殴り書き)</p>	<p>手づかみ食べは大変!! ですが、<u>こんな良いこと</u>があります。余裕のあるときにやってみましょう。</p> <p>☆自分で食べる意欲を育てる</p> <p>☆目、手、口の協調動作を育てる(温度、固さ、触感、重さがかかる)</p>
12ヶ月	<p>体重:産まれたときの約3倍 身長:約1.5倍</p> <p>1人で立って歩きます</p> <p>上下4本の歯が生えてくる</p> <p>視力が0.2程度になります</p> <p>積み木が積めるようになる</p>	<p>探究心が旺盛になってくる</p> <p>なぐり書きができるようになる</p> <p>コップから水が飲めるようになる</p> <p>できたという気持ち大切</p>	<p>単語が少しずつ出てくる(マンマなど)</p> <p>できることは、<u>そっと見守り</u>、自分でさせましょう。できないことは<u>そっと手伝って</u>あげましょう。</p>	<p>パクパク期(ハンバーグの柔らかさ)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・徐々に食べ物の歯ごたえを増やして噛む意欲を育てましょう ・鉄分が不足しやすい時期(レバーや赤身の魚もあげるようにしましょう)

1歳頃から自己主張が出始め、対応に困る保護者が多くいます。事前に関わり方を知っておくことで、心が軽くなります。

※『子育てガイドブック』の中の『こどもの自立心の育て方』をぜひご覧ください。



1歳から2歳の こどもの 発達



かかりつけ歯科医をもち、定期歯科健診を受けましょう。

他の子と比べて、あれもこれもできない。そんな悩みも出てくる頃ですね。成長発達は個人差があるので、ゆっくりと見守ってあげてください。




お子さんの成長発達のこと、育児のことなど、気になることは気軽に相談してください。

	からだ	心・ことば 社会性	育児 遊び	栄養
<h2>1歳</h2> <h2>1歳半</h2> <p>上下の歯がそれぞれ4本ずつ生え揃ってきた頃に、フッ素塗布を考えてあげましょう</p>	<p>奥歯が生えてくる</p> <p>階段を登る。高いところから飛び降りたりする。</p> <p>うんちやおしっこを予告するようになる</p>	<p>自立心が芽生えてくる</p> <p>簡単なお手伝いができるようになる</p> <p>スプーンを使えるようになる</p> <p>「おいで」や「ちょうだい」等の要求が理解できる</p> <p>「バイバイ」「こんにちは」等の簡単な挨拶に身振りで応える</p> <p>上着を1人で脱ごうとする</p> <p>2語文をしゃべるようになる</p> <p>指示に従う</p> <p>何でも自分でやりたいという気持ちが強くなる</p> <p>母から離れて遊ぶようになる</p> <p>大きい、小さいがわかるようになる</p> <p>衣服を自分で着ようとする</p>	<p>全身を使う遊び</p> <p>お絵かき</p> <p>砂場遊び</p> <p>物を「出す」から「入れる」行為に関心に移ります。遊んだおもちゃの片付けもゲームのようにするといいですね。</p> <p>お手伝いを遊びの中に入れてみるのもお勧め</p> <p>「ゴミ箱にゴミをばいしてきて」等、物と物の関係を学ぶ理解する土台になります。</p> <p>創造力を養う、ままごと遊びもいいですね</p> <p>型はめ(型あわせ)</p> <p>言葉の指示が伝わるようになりますがまだまだ未熟です。大事な話は目の前で「簡潔にしっかり伝える」を心がけましょう。</p> <p>何でもこどもの思い通りにしてあげるのではなく、我慢させることも学習させましょう。</p> <p>我慢することで、理性の脳が育ちます</p> <p>少しずつ、身の回りのことは自分でできるよう、働きかけていきましょう。</p> <p>外出すると1人で走り回ることが多いと思います。目を離さないようにしましょう。</p>	<p>1~2歳は赤ちゃんを卒業する準備期</p> <p>バランスのとれた食事 ・量を増やすより品数を増やすのがポイント。</p> <p>品数を増やすの大変ですよ。味付け前の大人のメニューから取り分けると少し負担が軽減します</p> <p>この時期の食べ物への好き嫌いは、苦手・嫌いというより食べ慣れていないことによるものが多い。食べないからといって出さないのではなく、調理方法を変えたり、数日出して様子を見てみましょう。</p> <p>苦手な食べ物は小さくカットしお皿にのせ、一緒に食べてみます。その時、食べれたら食べれたことをしっかりほめてあげましょう。「食べれた」という成功体験が大切。食べれたからといって、すぐにサイズを大きくしないように!</p> <p>よい食生活のリズムを ・おやつは午前午後1回ずつ ・色々な物に興味をわく時期ですが、30分程をめどにしっかり食べれるようにしましょう。</p>
<h2>2歳</h2> <h2>2歳半</h2>	<p>よく走るようになる</p> <p>体重が生まれた時の約4倍になる</p> <p>犬歯が生えてくる</p> <p>片足立ちやジャンプをしたりします</p> <p>ボールを蹴ることができる</p> <p>20本の歯が生えそろいます</p> <p>尿意がわかり、我慢できるようになる。日中は自分の意思でおしっこができるようになる。</p>	<p>「待ってあげるから、ゆっくり着てね」の気持ちで見守ってあげてください</p> <p>ことばがけでは、「ひとつだけ足して返す」に取り組んでみてください。「でんしゃ来た」と言ったら「かっこいい電車きたね」のようにひとつ増やして返します。自分が話したことをキャッチしてもらえたことが実感できます。</p>	<p>「待つてあげるから、ゆっくり着てね」の気持ちで見守ってあげてください</p> <p>我慢することで、理性の脳が育ちます</p>	<p>よい食生活のリズムを ・おやつは午前午後1回ずつ ・色々な物に興味をわく時期ですが、30分程をめどにしっかり食べれるようにしましょう。</p>



3歳から5歳のこどもの発達

3歳を過ぎると、自分のことは自分です、ということが増えてきていることでしょう。と同時に、心も大人が思っている以上に成長しています。かなり自分の主張をもつようになるので、大人から見ればそう簡単に言うことをきかないと思うことも多いはず。だけど、大人の都合で意見を押しつけず、話合ってみてください。意外と子どもの主張って正論だったりします。

	からだ	心・ことば 社会性	育児 遊び	栄養
3歳	<p>むし歯になる子どもが急に増えます</p> <p>乳歯はエナメル質が薄く酸におかされやすいのでむし歯になりやすい</p>  <p>視力が0.6~1.0くらいになる</p> <p>片足飛びができます</p>	<p>自分の意思で行動したい</p> <p>指示されれば、服を着ることがができます。</p> <p>おはしを使って食べられます</p> <p>はさみを使ったり、折り紙を折ったりできます。</p> <p>大人と同じように会話ができるようになり、質問も増えます</p> <p>色の区別、重さの比較などができます</p>	<p>頭を使った遊び(積み木、数数え、粘土遊び、はさみで簡単な工作)</p> <p>身体を使った全身遊びや戸外で遊びましょう。(ボール遊び、三輪車、ブランコ、滑り台など)</p> <p>お風呂遊び(タオル風船、お湯でっぼう)</p> <p>テレビ・動画・ゲームとの付き合い方 親子で楽しんで会話の材料に。一日中つけっぱなしはやめましょう!</p>	<p>食事やおやつの時間が決まっていますか? 生活リズムを整えることは、身体の調子を整えます。</p> <p>ダラダラ食べたり、歯磨きしないことである間に虫歯ができてますよ。</p> <p>3歳頃の食べる量は大人の約2/3が目安ですが、個人差もあるので無理強いはいらないこと。少食でも心配いりませんよ。量にこだわるより、いろいろ食べるよう「主食・主菜・副菜」のメニューを工夫してみましょう。 味付けは薄味を心がけましょう。</p>
4歳	<p>個人差がかなりはつきりしてきます</p> <p>体重が、産まれたときの5-6倍になります。</p>	<p>お友達と遊ぶのが楽しい時期です</p> <p>物を立体的に見ることがができます</p>	<p>お友達との交流の中で、「じゅんばんこ」「交換」「じゃんけん」など、遊びや生活の中に少しずつルールや手順を取り入れることができるようになります。時にトラブルになることもありますが、成長の過程のひとつとして温かく見守ってあげましょう。</p>	<p>元気にたくさん遊んで、お腹のすく生活を心がけましょう</p>
5歳	<p>スキップが上手になります。</p> <p>ブランコを大きく振ったり、ジャングルジムのてっぺんに立ち上がったり、冒険するようになります。</p>	<p>左右の区別や大きい小さい、暑い寒いなどの反対の意味になる概念の理解がすすみます。</p> <p>指示がなくても、服が着られるようになります。</p> <p>自分で食事を食べることがができます。</p> <p>自分で排泄の始末ができます。</p> 	<p>「なんで？」の質問攻めが始まります。これまでは言葉は、ものの名前・状態を知るための道具でしたが、「何かを考える・思考の道具としてのことば」の始まりです。</p> <p>常に正しい答えを返さなくてはと気負う必要はありません。大切なのは、「不思議だね」「そうだね」と肯定メッセージを伝えていくことです。</p> 	<p>野菜を洗ったり、一緒に食事を作ると苦手なものも克服できたりしますね。</p>

2歳頃より少しずつ自立心が芽生え、身の回りのことを「自分でしたい、できる」という成長がみられるようになります。ただ、大人と同じようにというわけにはいきません。生活習慣を整えるサポートについて、お伝えしていきます。



○衣服着脱の自立

着替えにはたくさんの動作が含まれます。袖を通す、頭を入れる、ボタンをはめる・外す、など手指や体全体を動かさなければなりません。このような動作を繰り返すことは、身体の成長にとっても役立ちます。

「自分でする」というやる気に満ちているので、どのように着るのかお手本を見せる、手を添える程度のサポートが好ましいでしょう。

まずは着脱のしやすい洋服がおすすめです。その方がこどもも達成感を味わいやすく、上達も早くなります。

衣服着脱のポイント

①



着る練習より
脱ぐ練習から
先にしよう。

②

着脱しやすい
洋服を準備
してあげましょ
う。

③



前と後ろをわかりやすく
してあげましょう。
☆服の内側に目印をつける。

④

複雑な服は
避けるように
してあげましょ
う。

⑤

できないところは
手伝って
あげましょう。



⑥

最後は
自分で
できるように

○睡眠の自立

ひとりで眠る準備をしていきましょう。すぐに寝ることができる子もいれば、30分くらいグズグズしている子もいます。安心して1日の終わりを迎えられるように静かな環境を整えてあげましょう。

睡眠のポイント

①

ひとりで寝る習慣を
寝るまで、背中を軽くト
ントンしてそばにいてあげ
ましょう。

②

絵本などを睡眠儀式に
短いお話をしたり、絵本を
読んであげるといいです
ね。



③

早寝早起きの習慣を
10-13時間くらい眠るこ
とを目安に。夜早く寝る習
慣をつけましょう。



④

夜泣き

昼間、何か刺激の強いことがあった時など
によくあります。背中をさすったり、声をかけ
たり、気持ちを落ち着かせてあげましょう。



○食事の自立

食事のポイント

自分で食べられるように
こぼしたり、遅いことを叱ら
ない。色々なことに興味があ
いってしまい、ダラダラ食べ
ていても30分くらいで、き
りあげるようにしましょう。



あいさつが言えるように
親と一緒に言うと自然と身
についてきます。無理強いの
ないように。

おもちゃは片付けて、テレ
ビは消しましょう

食事に気持ちを集中できる
環境を整えましょう。
「遊び食い」の原因にもな
ります。



食前のおやつは控える

甘い物には満腹感があり、
食事に影響します。
おやつは食べる時間を決
めて与えましょう。

偏食は多めにみる
魚、野菜なども全然
食べないのでなけれ
ば心配ないです。偏
食が強い場合は一
度相談してください。



○排泄の自立

個人差はありますが、一般にこどもは3歳頃にトイレでおしっこができるようになります。そして5歳頃までには多くの子が夜間もパンツで過ごせるようになります。排泄の自立は、「しっかり膀胱に尿を貯めて、尿意や便意を感じ、トイレに行く」という連携プレーです。この連携が未熟なうちは、頑張っても難しいということになります。発達には個人差があるため、「○歳になったらトイレトレーニングをはじめべき」とは言えません。適切な時期を、保護者がしっかりと見極めてサポートするものであるということ、頭においておくといいですね。

トイレトレーニング開始前のポイント



自分で便座に座ってみたいなど、トイレに興味や関心を示す。

ひとりでしっかりと歩くことができる。
(運動機能が発達している)



ある程度の意味疎通ができる。「チー、出た」など2語文が話せる、また質問に身振りで答えるなど。

おしっこの間隔が2～3時間程度空く。
おむつを見るたびに濡れているようでは、まだ膀胱の発達は十分とは言えません。

尿が多いためられるようになると、膀胱と脳の連携も発達して「おしっこがしたい」という間隔がわかるようになるので、スムーズに進みやすいですよ。

トイレトレーニング開始時のポイント

他の子と比べない

尿意を知らせたら、おしっこが出る前でも出た後でも「よく教えてくれたね!」と褒めてあげましょう。出ていない時はオマルやトイレに誘ってみましょう。

生活のリズムや排泄の間隔に合わせて、定期的にトイレに誘って座らせてみましょう。

食事前、お昼寝前などトイレに行くことを習慣づけ、便座に座ることへの抵抗感を和らげましょう。

失敗しても叱らない。おおらかな気持ちで見守りましょう。「次はパンツが濡れないように早めに行ってみようね」とやさしく声をかけるようにしましょう。

はじめのうちは、実際に排泄ができなくても問題ありません。回数を重ねるなかで、出来たときは、その都度褒めてあげましょう。出来たらシールを貼るなど楽しみながらやるのもいいですね。



プレ学習期（4歳から5歳）

これからの成長について少しお伝えします。4歳を過ぎると、交通ルール、集団生活のルールなどを理解します。お友達と協力して何かを作ったり、社会的な活動が増えていきます。就学に向けての準備が少しずつ始まってきます。生活習慣を見直し、自分のことは自分でできるように促していきましょう。

先取り学習は焦らず・マイペースに



早くから文字が読めたり書けたりするほど、言語能力が高いと思われがちですが、読み書きはあくまでことばの力の一部。幼児期に身につけた口頭言語(聞いて理解する・お話する力)が、学習言語(ことばを使って考える力)を使いこなす土台となります。おしゃべりの時間を大切にしましょう。

絵本をたくさん読んで、ことばで考えられる土台を作る

この時期、ことばを広げるコツは、お子さんの興味や関心にとことんつきあうこと。乗り物、プリンセス、生き物・・・好きな物がことばを育みます。絵本やアニメなどの物語に触れることで、普段なかなか出会えない表現に接する機会を作ってあげるのもいいですね。テレビや動画もちろんOK。受動的ではなく、見たストーリーを話してもらい、感想を言い合うなど、会話のきっかけにしていくとよいですね。



毎日の食事をよく噛んで食べましょう

食べる時・しゃべるとき、どちらにもお口や舌を使います。食べる力は、発音や滑舌にいい影響を与えます。固いもの・軟らかいもの、色んな種類の食べ物を食べることが、お口の発達にとっても大切です。

なかなか集団行動ができなくて

こだわりが強く大変です

発音が気になるんです

成長発達が気になります



こんな時は相談してください
健康福祉課健康係、園の先生など
相談しやすいところへ☆