

記入例

※記入の参考にしてください。すべて記入する必要はありません。
わかるところを、書ける範囲で記入しましょう。

1歳6か月

記入した日: H27年 8月 1日



ある1日の過ごし方

睡眠や食事の時間など、1日のスケジュールを入れて、生活リズムを見直してみましょう。

AM0	AM3	AM6	AM9	PM0	PM3	PM6	PM9	AM0
	睡眠		食事 うんち 散歩	おやつ	食事 睡眠	おやつ	食事 入浴	睡眠



食事

食事の内容・好き嫌い など

- ・ごはんはよく食べるが、おかずは少なめ。

食べ方

- ・よくかんでいない。
- ・スプーンを自分で持って食べようとする。



身じたく

衣服の着脱

- ・靴下は自分で脱げる。
- ・服は大人が着せる。

歯みがき・洗顔 など

- ・歯みがきは親がしている。
- ・洗顔は顔をふいている。



排せつ

自分でできること

- ・おしっこはおまるでしようとする。
- ・うんちはおむつにする。

大人の手助けは?

- ・見守り、できたらほめる。
- ・おむつを取りかえる。



コミュニケーション

大人とは

- ・パパ・ママと呼ぶようになった。
- ・欲しいものは指さす。

子ども同士では

- ・好きなおもちゃを引っ張りあう。



遊び

好きな遊び・関心のあること

- ・おいかけっこ
- ・音楽に合わせて踊る

苦手なこと

- ・砂などにさわって、手が汚れること



性格・特徴など

良い・ほめられるところ

- ・明るく素直
- ・頼むと喜んでおもちゃを片付ける。

特徴的なくせ

- ・指しゃぶり



お子さんの様子を振り返って

本人や周りが困る行動

- ・思い通りにならないと泣いておこる。

対応方法

- ・抱っこしてあやしながら、他のことに目を向けさせて、気をまぎらわせる。

今後のかわり方を考える手立てになると
思いますよ!!

育児について

～気付いたことや感想など～

- ・絵本が好きで、よく「読んで」と本を持ってくる。

おもいで

お子さんの写真
などを切り取って
貼りましょう。



受診の記録

大きな病気や発達関連の受診をしたときに、記録しておきましょう。
診断結果など、詳しいことは、『お医者さん・受診の記録』(P.17～)に記録しましょう。

受診日	年	月	日
受診機関名			
受診日	年	月	日
受診機関名			



ある1日の過ごし方

AM0 AM3 AM6 AM9 PM0 PM3 PM6 PM9 AM0



食事

食事の内容・好き嫌い など

食べ方



身じたく

衣服の着脱

歯みがき・洗顔 など



排せつ

自分でできること

大人の手助けは？



コミュニケーション

大人とは

子ども同士では



遊び

好きな遊び・関心のあること

苦手なこと



性格・特徴など

良い・ほめられるところ

特徴的なくせ



お子さんの様子を振り返って

本人や周りが困る行動

対応方法



育児について

～気付いたことや感想など～

おもいで

お子さんの写真
などを切り取って
貼りましょう。



受診の記録

大きな病気や発達関連の受診をしたときに、記録しておきましょう。

診断結果など、詳しいことは、『お医者さん・受診の記録』(P.17～)に記録しましょう。

受診日	年 月 日
受診機関名	
受診日	年 月 日
受診機関名	



1歳6か月頃



いろいろなことがわかるようになります。

言葉もそのひとつです。言われていることがわかったり、単語を言うようになってきます。

遊び方も広がります。「自分でやってみながら、それを一緒に楽しんでくれる人がいる」ということが大切です。自然に声をかけながら、子どもの体験を支えましょう。

良いこと、良くないことも、丁寧に伝えていけばわかります。しかし、それには普段からの関係作りが重要です。普段は優しく世話をしてくれて、楽しく遊んでくれる人がきっぱりと「いけません。」「やめて。」と言うから、聞くのです。怖がらせて言うことを聞かせようとするのはやめましょう。



言葉が出てくる時期です。

物の名前を少しずつ覚えていきます。お父さんやお母さんから言われていることもわかるようになります。「ゴミばいしてきて。」など、簡単なことならできるようになります。言葉にならなくても、見せたいものを持ってくるようになります。「言いたいことは何かな？」と受け止めて、たくさんおしゃべりしましょう。



ごっこ遊びのようなことを楽しむようになります。

ごっこ遊びは、お父さんやお母さんのまねっこから始まります。積木を耳に当てて「もしもし 〜うんうん... じゃあね〜。」なんて、かわいい姿を見せてくれます。おままごとも大好き。一緒に遊んで、ごちそうしてもらいましょうね。



からだを使って遊びましょう。

歩くのが上手になってくる時期です。安全面に気をつけながら、少し高いところ、細いところ、でこぼこ道なども歩かせてみましょう。**坂を踏ん張って登ることも大切、からだのバランスを取ることが上手になります。**





子どもからのメッセージ



いっぱい話したいことがあるけれど、まだ上手に言葉にできないよ。
でも、わかってくれたら嬉しいな。新しいことに合うと嬉しいけれど緊張もするんだ。そのときは「大丈夫だよ。」って支えてね。



子どもは 「自分で学ぶ」天才です。

早い時期から教え込んでも、良いことはありません。
「きちんと座る」「言われたことをする」というような教育は早すぎます。
自分のペースでたっぷり遊べるようにし、それを一緒に楽しみましょう。
見守ってもらいながら、楽しく遊ぶ経験が子どもの心と脳の発達を促します。
自分で考えながら、自分のやりたいことを存分に楽しむことで意欲や集中力、試行錯誤の力が育ちます。
先回りして与え過ぎないようにしましょう。



「それはいけません」も 伝わるようになります。

「あそこには あれがあったはず」と覚えておく力も育っています。そのおかげでイタズラも増えます。危険なことをしたときには、してはいけないことを伝えましょう。
ただし、厳しすぎるのはよくないです。



友達のいるところが楽しくなります。

同じ場所にいるだけで嬉しい。なんとなく隣に並んで、別々のことをしていても楽しい。子どもたちが集まるところへ出掛けましょう。会う機会が多いと、子どもなりに仲良くなっていきますよ。



表情や口調、態度などにメリハリをつけましょう！

言われていることが、ずいぶんわかるようになってきましたが、かかわり方にメリハリがあると、もっと子どもに伝わります。遊ぶ時には思いきり楽しく、「もう終わり」「片付けだよ」というときには穏やかな口調で伝えましょう。また、やってほしくないことを伝えるときには、真剣な表情で伝えましょう。普段の表情との違いで、子どもは感じ、わかっていきます。

ワンポイント
アドバイス





1歳6か月頃

こんなことはありませんか？

お母さんから離れられない・友達と遊ぶことが少ない

まだ不安になることや怖いことがあるんですね。
きっと、ゆっくりわかっていく子なのでしょう。



こんなふうに
工夫して
みましょう

- 急いで離れさせようとするのは逆効果です。「いつも一緒にいるよ。」と、そばにいてあげる方がお子さんは安心します。安心できると自然に離れられるようになりますよ。
- お父さんやお母さんも一緒に遊び、お子さんのそばにいながら、周りの大人や子どもたちと自然にかかわりましょう。お父さんやお母さんが楽しんでいる姿を見ることで、お子さんも「大丈夫だ」とわかっていきます。

工夫してみたらどうでしたか？ 気付いたことを書いておきましょう。

記入した日： 年 月 日

1歳6か月頃

甘えてくることが少ない

この時期にたっぷり甘えることができると、心の力が強くなります。
小学校の間くらいまでは、甘えられる力も育てましょう。

痛かったね
よしよし



こんなふうに
工夫して
みましょう

- なるべく抱っこやスキンシップをしましょう。
お風呂や寝る前、起きたときなどに、やりやすいと思いますよ。
- 転んだりぶつけたりして痛い思いをしたときには、平気そうに見えても、なでて安心させてあげましょう。
- お子さんがくっついてきたり抱っこされにきたりしたら、受け入れましょう。
- 赤ちゃん返りのような様子を見せることがあります。甘え直しです。
十分に甘えたと、ぐんと成長しますよ。

工夫してみたらどうでしたか？ 気付いたことを書いておきましょう。

記入した日： 年 月 日

子育ての相談・アドバイスは
浜松市子育て情報サイト「ぴっぴ」へ



相談先はこちらから [ぴっぴ](#) ▶ 相談したい

アドバイスはこちら [ぴっぴ](#) はまずく ▶ はまずく子育てアドバイス



言葉が出ない

まだ上手にお話できないこともありますね。でも、無理に教えるのは逆効果です。
一緒に楽しく遊びながら、自然なコミュニケーションをしていきましょう。

こんなふうに
工夫して
みましょう

- 一緒に遊ぶ時間をたくさん持ちましょう。
遊びながら、シンプルに言葉を添えてあげましょう。

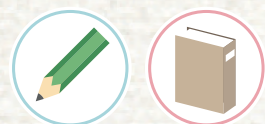


- 指差しや「これ何?」に答えましょう。
知っているものでも、答えてほしくて
聞いていることがよくあります。

工夫してみたらどうでしたか? 気付いたことを書いておきましょう。

記入した日: 年 月 日

他に気になること、心配なことはありませんか? 気付いたことを書いておきましょう。



からだ遊びを楽しもう！

継続して取り組むことで楽しい遊びに変わっていきます。

お子さんと一緒に楽しみましょう。

1歳6か月頃…歩くことが楽しくなり、自分でできることも増えてきます。手を使った遊びも広がってきます。

たくさん歩くことが、集中力や細かな物を操作する力の基礎となる時期です。

人間下駄パート1

大人の足の上に乗って落ちないように歩けるかな？お子さんの踏ん張り加減を感じながらゆっくり歩いて見ましょう。



からだを支えたり手をつないだり子どもにしがみつかせたり、変化をつけると楽しめます。

ゆらゆらブランコ

お子さんを腕にぶら下げ、揺らしたり移動したりしましょう。お子さんの手が離れないように支えてあげて下さい。



遊んだときの様子を記録しましょう

1回目

遊んだ日： 年 月 日 エピソード

子どもの様子： ☐喜んだ ☐びっくりしたようだ
☐表情が変わらなかった ☐嫌がった

遊んだ相手：

感想： ☐楽しめた ☐上手いかなかった

2回目

遊んだ日： 年 月 日 エピソード

子どもの様子： ☐喜んだ ☐びっくりしたようだ
☐表情が変わらなかった ☐嫌がった

遊んだ相手：

感想： ☐楽しめた ☐上手いかなかった

3回目

遊んだ日： 年 月 日 エピソード

子どもの様子： ☐喜んだ ☐びっくりしたようだ
☐表情が変わらなかった ☐嫌がった

遊んだ相手：

感想： ☐楽しめた ☐上手いかなかった



記入した日: 年 月 日



ある1日の過ごし方

AM0 AM3 AM6 AM9 PM0 PM3 PM6 PM9 AM0



食事

食事の内容・好き嫌い など

食べ方



身じたく

衣服の着脱

歯みがき・洗顔 など



排せつ

自分でできること

大人の手助けは?



コミュニケーション

大人とは

子ども同士では



遊び

好きな遊び・関心のあること

苦手なこと



性格・特徴など

良い・ほめられるところ

特徴的なくせ



お子さんの様子を振り返って

本人や周りが困る行動

対応方法



育児について

～気付いたことや感想など～

おもいで

お子さんの写真
などを切り取って
貼りましょう。



受診の記録

大きな病気や発達関連の受診をしたときに、
記録しておきましょう。

診断結果など、詳しいことは、『お医者さん・
受診の記録』(P.17～)に記録しましょう。

受診日	年 月 日
受診 機関名	
受診日	年 月 日
受診 機関名	



2歳頃



いよいよ「イヤイヤ期」が始まるころです。

なんでも「いや!」、できないことも「自分でやる!」毎日のお世話も今まで通りにはいかなくなります。

この「イヤイヤ」はとても大切なこと。お母さんと一心同体だった赤ちゃんの「自分」作りの始まりです。しつけも気になる時期ですが、無理にやらせようとしても、なかなかうまくいきません。

「自分で決めたい」「自分でやりたい」という気持ちを認め、受け止めながら、この時期をうまく乗り越えましょう。



単語をつなげて話すようになります。(二語文と言います)

単語だけで話すので、それが何なのか、どうしたいのかなど、伝わりにくいこともあります。そこには、いろいろな思いが含まれています。「何が言いたいのかな?」と読み取って理解してあげましょう。



心の中には言いたいことがいっぱいあります。でも上手に言えません。

それで、グズグズ言ったり、ときにはギャーギャー言ったりしてしまうこともあります。お父さんやお母さんも、できるだけわかってあげたいけれど、どうしてもわからないときもありますよね。そんなときは、「ごめんね、わからないよ。」と伝えましょう。グズグズやギャーギャーを叱っても解決しません。少しの時間一人にしてあげると、落ち着くこともあります。



「なに?」と聞いてくるが増えます。

指さしをしながら「なに?」といろいろ聞いてきます。すでに知っているはずのことも聞いてくるありますが、それは答えを知りたくてというよりも、会話を楽しんでいることが多いです。「知っているでしょ。」と言わないで、答えてあげると嬉しいと思いますよ。



子どもからのメッセージ



「いや!」「自分で!」といっぱい言って、お父さんやお母さんを困らせてごめんね。でも「自分の考え」があるんだよ。尊重してくれると嬉しいな。教えてくれるときには、わかりやすく教えてね。わかればできることもあるよ。



自分でいろいろやってみたい。

できないことでもやってみたいのです。「だって、大きくなったんだ!」という立派な気持ちです。まずは見守り、やらせてみましょう。でも、甘えてくることもあります。**やれるはずのことを「やって!」と言ってくださることもあります。そのときはやってあげましょう。その繰り返しで、成長していきます。**



相手の気持ちをわかるのは、まだ難しい。

友達と一緒に遊びたいけれど、まだ上手く遊べません。

子どもは、お互いに自分の気持ちで動くので、どうしても友達とぶつかることが多くなります。

例えば、同じおもちゃでも相手の持っている方が良く見えて、取ってしまうこともあります。けがをしないように見守る必要がありますが、人のかかわり方を学ぶ上で、けんかも大切な経験です。



テレビを見る時間は少なく、携帯電話等は与えない方がいいですね。

幼児用番組が楽しめるようになってきましたね。テレビや携帯電話の画面は刺激が強いので、子どもは癖になりすぎてしまいます。家事などで、どうしても手が離せないときなどに上手に使いましょう。使用は、1日1時間程度にしましょう。



2歳頃



しつけは少しずつゆっくと

そろそろトイレトレーニングが気になりますね。

スプーンやフォークを使って、自分で食べられるようにもしたいですね。

大人にとっては当たり前のことでも、子どもには、新しい習慣を学ばなければならない、大変な時期です。

「こうしてね。」「こうするのがいいよ。」と繰り返し伝えていきましょう。言い聞かせようとしても上手くいきません。

お子さんが、自分からやってみようという気持ちが持てるように楽しい雰囲気作りなどをしながら気長に待ちましょう。

ワンポイント
アドバイス





2歳頃

こんなことはありませんか？

ごっこ遊びをあまりしない・一人で遊んでいることが多い

目に見えないイメージの世界は難しいものです。でも、ごっこ遊びはコミュニケーションの力を育てる遊びです。一緒に楽しく遊び、興味が持てるようにしましょう。

こんなふうに
工夫して
みましょう

- お子さんと一緒に、ままごと遊びを楽しみましょう。
子どもにとって一番身近な生活を再現する遊びです。男の子も女の子も、たっぷり楽しめると思います。
- 「ちょうだい」「どうぞ」「ありがとう」のやりとりをしましょう。
- お子さんがしてほしいがっていることを予想しながら、やりとりしてみましょう。



工夫してみたらどうでしたか？ 気付いたことを書いておきましょう。

記入した日： 年 月 日

言うことを聞かない・乱暴なことをする

この時期によくあることですが、自分の意思がとても強いのです。まず、お子さんの気持ちを受け止めましょう。受け止めてもらい、自分を理解してくれる人とわかると、その人の言うことを聞くようになります。

こんなふうに
工夫して
みましょう

- お子さんのやりたいことに付き合っ、たくさん遊びましょう。
- 言うことを聞かせようとする前に、お子さんが思っていることややりたいことを考えてみましょう。
- 細かいことを注意しないようにしましょう。
くどくどと注意せず、どうしてもいけないことだけをシンプルに伝えましょう。
- お子さんの意思を尊重できるように工夫しましょう。
- 事前に、説明や約束をしてみましょう。



工夫してみたらどうでしたか？ 気付いたことを書いておきましょう。

記入した日： 年 月 日



言葉が増えない・会話にならない

言葉は心の中にたくさん溜まってから出てきます。教えたり訓練したりすると、話すことが嫌になってしまふこともあります。自然な楽しいコミュニケーションの中で、言葉の力を育てましょう。

こんなふうに
工夫して
みましょう

- 一度にたくさん話しかけると、聞き取りにくいこともあります。
短い言葉で、穏やかに話しかけましょう。
- 実物や絵を見せながら話しましょう。
- 話しかけるときには、質問を少なくしましょう。



工夫してみたらどうでしたか？気付いたことを書いておきましょう。

記入した日： 年 月 日

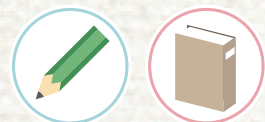
他に気になること、心配なことはありませんか？気付いたことを書いておきましょう。

子育ての相談・アドバイスは
浜松市子育て情報サイト「ぴっぴ」へ

相談先はこちら ▶ [ぴっぴ](#) ▶ 相談したい

アドバイスはこちら ▶ [ぴっぴ](#) はまずく ▶ はまずく子育てアドバイス





からだ遊びを楽しもう！

継続して取り組むことで楽しい遊びに変わっていきます。
お子さんと一緒に楽しみましょう。

2歳頃…目的を持って活動することで、不安定な姿勢を体験しながら、体幹がしっかり育つ時期です。
動きが活発になり、走る・ジャンプ・飛び降りる動きを楽しめます。そろそろ「イヤイヤ期」も始まります。
「僕が・私がやりたい」気持ちを認め、受け止めながらかわっていきましょう。

おんぶ大好き

子どもの大好きな
おんぶで、飛び跳ねたり
まわったり、傾けたりして
遊びましょう。



タオルで綱引き

大人と力くらべ。
お子さんが力を出して引っばって
いるかを確認しましょう。
タオル以外のものでも
工夫してやってみましょう。



遊んだときの様子を記録しましょう

1 回目

遊んだ日： 年 月 日 エピソード

子どもの様子： ☐喜んだ ☐表情が変わらなかった ☐嫌がった
☐その他()

遊んだ相手：

感想： ☐楽しめた ☐上手いかなかった

2 回目

遊んだ日： 年 月 日 エピソード

子どもの様子： ☐喜んだ ☐表情が変わらなかった ☐嫌がった
☐その他()

遊んだ相手：

感想： ☐楽しめた ☐上手いかなかった

3 回目

遊んだ日： 年 月 日 エピソード

子どもの様子： ☐喜んだ ☐表情が変わらなかった ☐嫌がった
☐その他()

遊んだ相手：

感想： ☐楽しめた ☐上手いかなかった

●今、お子さんと一緒に楽しんでいる遊びは何ですか？



記入した日： 年 月 日



ある1日の過ごし方

AM0 AM3 AM6 AM9 PM0 PM3 PM6 PM9 AM0



食事

食事の内容・好き嫌い など

食べ方



身じたく

衣服の着脱

歯みがき・洗顔 など



排せつ

自分でできること

大人の手助けは？



コミュニケーション

大人とは

子ども同士では



遊び

好きな遊び・関心のあること

苦手なこと



性格・特徴など

良い・ほめられるところ

特徴的なくせ



お子さんの様子を振り返って

本人や周りが困る行動

対応方法



育児について

～気付いたことや感想など～

おもいで

お子さんの写真
などを切り取って
貼りましょう。



受診の記録

大きな病気や発達関連の受診をしたときに、記録しておきましょう。

診断結果など、詳しいことは、『お医者さん・受診の記録』(P.17～)に記録しましょう。

受診日	年 月 日
受診機関名	
受診日	年 月 日
受診機関名	



3歳頃



子ども同士のつながりが出てくる時期です。

子どもの社会は楽しいことがいっぱいですが、子どもなりの苦勞もいっぱいです。

まだ「自分の思っていることが最優先」の時期なので、もめるのは自然なことです。しかし、大人の仲介によって、相手の気持ちもわかるようになります。

仲良く遊んだり、時にはケンカをしたりする中でコミュニケーションの力が育ち、自己主張と我慢のバランスのとり方を学んでいます。外で頑張っている分、家庭では十分に甘えさせてあげてくださいね。



言葉の力がぐんと伸びます。

長く単語がつながったり、自分が経験したことを話したりするようになります。ちょっとした言い間違いは多いですが、無理に直さなくても大丈夫です。

自然な会話をしていく中で修正されていきます。この時期ならではの言い間違いは楽しんで聞いておきましょう。

十分に言いたいことが言えるわけではありません。

「なんの話かな〜?」と聞き取ってあげましょう。



「なんで?」「どうして?」という質問が増えます。

答えても答えても、次から次へと、「なんで?」「どうして?」と聞いてくるので、困ってしまいますよね。

でも、いろいろなことがわかるようになってきたからこそ、わからないことが不思議で仕方がないのです。

中には、命に関する質問をする子もいます。

余裕がある時は、やりとりを楽しみながら答えてあげましょう。

時には「それはわからない。」とギブアップすることがあってもいいと思いますよ。





子どもからのメッセージ



「こうしなさい」って言われたとき、自分でもわかっているけれどできないことがあるよ。何度も同じことを言われるときもあるけれど、ゆっくりできるようになるから気長につきあってほしいな。



個性がはっきりしてきます。

「ぼくは、こうやって遊ぶのが好き。」「私のペースは、こんな感じ。」
お子さんによっていろいろな個性が出てきます。その子の個性に合わせて、良いところを伸ばしていきましょう。
「個性というには、少し心配がある」という時には、相談してみてくださいね。



お手伝いも好きです。

一緒に洗濯物を干したりたたんだり、食事の準備や片付けをしったりなど、「お父さんやお母さんと一緒に」や「自分もできる」ということが楽しいのです。いろいろ一緒にやってもらいましょう。細かいところは目をつぶって、褒めてあげましょう。
そして、「ありがとう」と伝えてくださいね。



活発にからだを動かすことが楽しい時期です。

公園の遊具、アスレチックなどで上手に遊べるようになってきます。ボールを投げたり蹴ったりすることもできるようになってきます。いろんなふうにからだを使っただっぷり遊びましょう。



頭をよく使うようになります。

お絵描き、ブロックなどで、自分なりの思いやイメージを表しながら、楽しめるようになってきます。
絵本の内容もわかるようになり、頭の中で「こんなふう」「こういうこと」と、イメージする力が育っています。

ワンポイントアドバイス



「もう大きいんだから」って言わないで

いろいろなことを自分でできるようになってきましたね。でも「もう大きいんだから」と言うのは控えましょう。「お父さんやお母さんが甘えさせてくれる、支えてくれる。」「いつでも甘えていいんだ。」という信頼が、心を強くします。お子さんが求めてきたときには、十分に甘えさせてあげましょう。





3歳頃

こんなことはありませんか？

甘えてこない あるいは まったく離れられない

いずれも、心が少し硬くなっているのかもしれません。自然に甘えて、好きなように遊べるような、柔らかい心を育てましょう。十分に甘えられることが、成長を促します。

こんなふうに
工夫して
みましょう

- 抱っこやスキンシップを心掛けましょう。
- お子さんがやりたい遊びと一緒に楽しみ、安心できるようにしてあげましょう。
- 気に入っているタオルやぬいぐるみなどを持つことで、安定する子もいます。無理に取り上げずに、見守りましょう。夢中になれる遊びが見つかったら、きつと自然に手放せるときがくるでしょう。



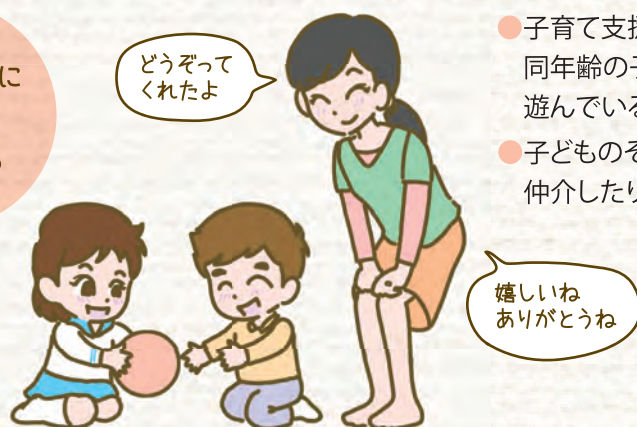
工夫してみたらどうでしたか？ 気付いたことを書いておきましょう。

記入した日： 年 月 日

友達と遊ばない・一人で遊んでいることが多い

大人や年上の子とは遊べても、同じ年齢とは遊べないということがあります。わかってもらえれば遊べるけれど、「なんとなく楽しいね。」というつながり方は、ちょっと難しいのです。

こんなふうに
工夫して
みましょう



- 子育て支援ひろばのような、同年齢の子どもたちが遊んでいるところへ出掛けてみましょう。
- 子どものそばにいて一緒に遊んだり、仲介したりしましょう。

工夫してみたらどうでしたか？ 気付いたことを書いておきましょう。

記入した日： 年 月 日

乱暴なことをする

まだ相手の気持ちを汲んだり、自分の考えを譲ったりするのは難しい時期です。
ぶつかり合う経験も大切です。でも、あまりに強すぎるようであれば、大人が仲介役になりましょう。

こんなふうに
工夫して
みましょう

- 言い聞かせようとしても難しいです。つい、我が子に我慢させようとするのが親心ですが、どんな状況であっても、まずは、そのときのお子さんの気持ちを理解してあげましょう。
- 「やってはいけないことよ。」と穏やかにきちんと伝えましょう。もし相手を叩こうとしていたら「叩いてはいけないよ。」と手をとって止めましょう。
- お子さんが我慢したときには「〇〇したかったんだね。」と共感し、「でも我慢してえらかったね」とほめましょう。
- 家庭で一緒に遊ぶときなどに、十分に甘えられるようにしましょう。また、お手伝いする機会を作り、ほめたり感謝したりすることで、お子さんが「自分もできる。」という役立ち感を感じられるようにしましょう。



工夫してみたらどうでしたか？ 気付いたことを書いておきましょう。

記入した日： 年 月 日

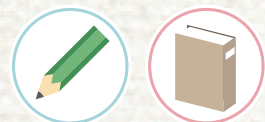
他に気になること、心配なことはありませんか？ 気付いたことを書いておきましょう。

子育ての相談・アドバイスは
浜松市子育て情報サイト「ぴっぴ」へ

相談先はこちらから ▶ ぴっぴ ▶ 相談したい

アドバイスはこちら ▶ ぴっぴ はまずく ▶ はまずく子育てアドバイス





からだ遊びを楽しもう！

継続して取り組むことで楽しい遊びに変わっていきます。
お子さんと一緒に楽しみましょう。

3歳頃…踏ん張る力やクッション作用としての役割を果たす土踏まずが発達し、体重をしっかり支えられるようになる時期です。自分のからだを自分で動かし、時には失敗しながら学ぶことが、自分で考える基礎につながります。大人との関係がよくなる遊びを楽しむことも、この時期の子どもと過ごす作戦です。

お馬にのって

揺れる、傾ける、
隣へ移るなど、
いろいろな馬を
楽しみましょう。



波のりワニさん空をとぶ

大人が手をつないで
引き寄せます。
空を飛ぶように身体を
反らせられるかな。



遊んだときの様子を記録しましょう

1 回目

遊んだ日： 年 月 日 エピソード

子どもの様子： ☐喜んだ ☐表情が変わらなかった ☐嫌がった
☐その他()

遊んだ相手：

感想： ☐楽しめた ☐上手いかなかった

2 回目

遊んだ日： 年 月 日 エピソード

子どもの様子： ☐喜んだ ☐表情が変わらなかった ☐嫌がった
☐その他()

遊んだ相手：

感想： ☐楽しめた ☐上手いかなかった

3 回目

遊んだ日： 年 月 日 エピソード

子どもの様子： ☐喜んだ ☐表情が変わらなかった ☐嫌がった
☐その他()

遊んだ相手：

感想： ☐楽しめた ☐上手いかなかった

●今、お子さんと一緒に楽しんでいる遊びは何ですか？



3 歳

こんなことができるかな？

お子さんの様子はどうですか？

保育所や幼稚園の進級・入園前などに、日頃の生活を振り返ってみましょう。

規則正しい生活ができているかな？

早寝早起きを心掛けていますか？ 朝・昼・晩と三度の食事をとっていますか？
睡眠や食事、遊びの時間など、1日のスケジュールを入れて生活リズムを見直してみましょう。



ある1日の過ごし方

記入した日： 年 月 日

AM0	AM3	AM6	AM9	PM0	PM3	PM6	PM9	AM0

自分でできるようになるといいね！

まだまだ大人の手伝いが必要だと思いますが、時間がかかっても、上手にできなくても「自分でやろうとする」気持ちを大切にすることが、「自分のことを自分でする力」を育てます。焦らず、お子さんのペースを大切にしながら、身につけていけるといいですね。

- 自分で食事をしようとする。
- トイレで排泄をしようとする。
- 衣服の脱ぎ着をしようとする。
- 靴をはこうとする。
- 手洗いをしようとする。
- おもちゃなどの片付けをしようとする。



話ができるかな？

- 自分の名前が言えますか？
- 名前を呼ばれたら返事ができますか？
- 困ったことやしてほしいことがあったときに、「手伝って。」「やって。」など、簡単な言葉で伝えることができますか？



P.74を参考にして、
お子さんと楽しみながら
身につけていけると
いいですね♪ ➡

3歳頃



おへんじあそび



「ねこさ〜ん」「ぶたさ〜ん」など動物の名前を呼びながら、
お子さんと一緒にお返事遊びを楽しんでみましょう♪



この中にない、
他の動物などの
返事を考えてみても、
楽しいと思いますよ!!



おへんじできたかな？

Q. さんのおへんじは？
お子さんの名前を呼んであげましょう。

下の名前だけでなく、
苗字から(フルネームで)呼ぶことで、
自分でも言えるようにしましょう。



なんていえばいいのかな？

子どもたちは、まだ言葉の使い方が未熟です。「こんな時はなんて言えばいいのかな？」と、
日頃から知らせたり、一緒に考えたりしていくことも必要です。





記入した日： 年 月 日



ある1日の過ごし方

AM0 AM3 AM6 AM9 PM0 PM3 PM6 PM9 AM0



食事

食事の内容・好き嫌い など

食べ方



身じたく

衣服の着脱

歯みがき・洗顔 など



排せつ

自分でできること

大人の手助けは？



コミュニケーション

大人とは

子ども同士では



遊び

好きな遊び・関心のあること

苦手なこと



性格・特徴など

良い・ほめられるところ

特徴的なくせ



お子さんの様子を振り返って

本人や周りが困る行動

対応方法



育児について

～気付いたことや感想など～

おもいで

お子さんの写真
などを切り取って
貼りましょう。



受診の記録

大きな病気や発達関連の受診をしたときに、記録しておきましょう。
診断結果など、詳しいことは、『お医者さん・受診の記録』(P.17～)に記録しましょう。

受診日	年 月 日
受診機関名	
受診日	年 月 日
受診機関名	



4歳頃



大きくなったことにお子さん自身、誇らしげな様子が見られる時期です。

自分なりに好きなことや嫌なこと、得意なことと苦手なことがわかり始めます。

自分と友達を比べて自慢する気持ちになったり、恥ずかしい気持ちになったりもします。先のことや相手の気持ちもわかるようになってくるので、「失敗したらどうしよう」と不安になったり、友達を心配したりするようにもなります。

そんな複雑な気持ちを抱えながら、新しいことをたくさん経験します。「大丈夫だよ。」と支えてあげたり「頑張ってごらん。」と背中を押してあげたりすることも大事ですし、ときには「無理しなくていいよ。」と息抜きさせてあげることも必要です。



会話に仲間入りするようになってきます。

お父さんやお母さんが話す内容をよく聞いていて、話に入ってくるようになります。「ぼくだって知っている。」「私も一緒に話したい。」と、一人前になったつもりなのでしょう。

そんなときは、大人の話を少し中断して、お子さんと話してあげましょう。

ぼくも
知っているよ!



気持ちはさらに複雑になっていきます。

羨ましい気持ち、ずるをしたい気持ち、自慢したい気持ち、悔しい気持ちなど、複雑な気持ちをいろいろ感じるようになります。まだ言葉では上手に説明できません。

「様子がいつもと違うかな?」というときには、「どうしたの?」と聞いてあげるといいですね。



実感しながら体験することが大切です。

自分で見たり、聞いたり、触ったり、ときには失敗もしたりしながら、いろいろなことを経験させましょう。もちろん嫌がることは無理をさせないように。

砂・水・土・泥・石草・葉っぱ・花・木虫・鳥・動物…なんでも子どもの教科書です。

子どもの興味と体験の機会を妨げないようにしましょう。





子どもからのメッセージ



みんなで楽しく過ごすためには、ルールや自分でやらなければいけないことがあるんだね。でも、「それは違う、ちゃんとして。」と言われても、わからない。わかりやすく教えてくれたら、できることが増えるよ。



「家庭以外の場所」での ふるまいを学び始めます。

幼稚園や保育所は「家ではない場所」です。お父さんもお母さんもいなくて、自分の力で過ごす場所です。友達と一緒に毎日過ごす中で、「私の家ではこうするけどここではこうするのか。」「Aくんの家では、そうなんだ。」と違いに気付いていきます。「いろいろなやり方がある」「いろいろな人がいる」と知ることで、家にいるときとは違う自分も作り始めます。

家庭では甘えてできなくても、外では順番を守ったり、我慢したりできるようになります。



家庭では あまえんぼうで大丈夫です。

外では、いろいろな体験をして複雑な気持ちを感じながら、一生懸命生活しています。園では片付けもするし、トイレも着替えも一人ですするのに、なぜか家では「やって〜。」「できない〜。」ということはありませんか？それでいいのです。大丈夫！「家で十分に甘えられる」とわかっているから外で頑張ることができるんですよ。



いろいろな絵本を読みましょう。

「よく見る力」「よく聞く力」「想像する力」「覚えておく力」などが伸びる時期なので、絵本の内容がよくわかり、楽しめるようになります。できるだけ、毎日読んであげましょう。



ワンポイント アドバイス



園の先生と子育てチームになりましょう！

新しい生活が始まると、子どもの心とからだはびっくりして、慣れるまでに少し時間がかかります。集団生活は楽しいけれども、やっぱり疲れるもの。

そのため、子どもは、時々ちょっと心配な様子を見ることがあります。小さなことでも、一時期のことでも、園の先生に知らせておきましょう。「お父さんやお母さん、園の先生が、ちゃんと自分のことを見てくれる」とわかると、子どもはずいぶん安心するものですよ。





4歳頃

こんなことはありませんか？

初めてのことを怖がることが多い

初めてのことに不安になったり緊張したりするのは自然なことですが、あまりに怖がるようならかわいそうですね。園の先生にも協力してもらい、不安な気持ちを支えてあげましょう。

こんなふうに
工夫して
みましょう

- 無理にやらせようとせず、わかりやすく伝える工夫をしましょう。
絵で説明したり、お父さんやお母さんがやって見せたりしましょう。
他の子の様子を見せるのもいいですね。
- 「少しずつ」を心掛けましょう。
スモールステップが大事です。
- だめなことを指摘せず、取り組もうとしている気持ちをほめてあげましょう。



あたまをあらう

工夫してみたらどうでしたか？ 気付いたことを書いておきましょう。

記入した日： 年 月 日

友達と遊ぶことが少ない・乱暴なことをする

自分の気持ちを自由に出せないでいるのかもしれませんが、寂しさや我慢が心にいっぱいになっているのかもしれません。自分が辛い気持ちを抱えていると、なかなか人に優しくしたり仲良くしたりすることができません。

こんなふうに
工夫して
みましょう

- まず、自分の気持ちをわかってもらえる経験をさせてあげましょう。
大人が子どものやりたいことに付き合い、一緒に楽しく遊びましょう。
- 乱暴なことをしたときには、シンプルに「だめ」と止めましょう。
- 優しくしてもらい、十分に甘えることができると、自然に乱暴な言葉や態度は減ります。
抱っこやスキンシップをたっぷりしてあげましょう。



工夫してみたらどうでしたか？ 気付いたことを書いておきましょう。

記入した日： 年 月 日

子育ての相談・アドバイスは
浜松市子育て情報サイト「ぴっぴ」へ



相談先はこちらから [ぴっぴ](#) ▶ 相談したい

アドバイスはこちら [ぴっぴ](#) はまずく ▶ はまずく子育てアドバイス





生活の仕方やきまりがわからないことが多いみたい

朝の支度や着替えなど、自分でやるが増えます。どの子にとっても難しいことですが、大変そうならば工夫してあげる必要があります。

「ちゃんとやって。」と言うのではなく、具体的にどうしたらいいか伝えましょう。

こんなふうに
工夫して
みましょう

- お子さんにとって難しいと感じているポイントを見つけ、どうしたらいいか、方法や手順などをわかりやすく伝えましょう。
- じっくりかわって、穏やかに丁寧に伝えていきましょう。
大人が忙しくしていると、子どもも集中できません。
時間がかかっても穏やかに見守りましょう。
- 小さなことでも、できた時にはほめてあげましょう。



着替えの手順



1 ここで靴を脱ぎます。



2 スポンを脱ぎます。



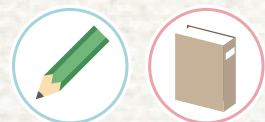
3 シャツを脱ぎます。



工夫してみたらどうでしたか？ 気付いたことを書いておきましょう。

記入した日： 年 月 日

他に気になること、心配なことはありませんか？ 気付いたことを書いておきましょう。



からだ遊びを楽しもう！

継続して取り組むことで楽しい遊びに変わっていきます。

お子さんと一緒に楽しみましょう。

4歳頃…赤ちゃんの頃から育ってきた、手の使い方が精密になる時期です。

全身の運動に伴ってもたらされる様々な刺激が、手の機能をさらに発達させます。

ブランコや三輪車・ジャングルジムなど、からだをダイナミックに

動かして遊ぶことが楽しくなります。

また、身近な自然にも興味が出て、小さな変化や違いに気付きながら楽しむようになります。

お猿の木登り

大人のからだが
ジャングルジム。
肩まで登れるかな？



ぐるりんぱ

はじめは大人が
手助けして
あげましょう。



遊んだときの様子を記録しましょう

1 回目

遊んだ日： 年 月 日 エピソード

子どもの様子： ☐喜んだ ☐表情が変わらなかった ☐嫌がった
☐その他()

遊んだ相手：

感想： ☐楽しめた ☐上手いかなかった

2 回目

遊んだ日： 年 月 日 エピソード

子どもの様子： ☐喜んだ ☐表情が変わらなかった ☐嫌がった
☐その他()

遊んだ相手：

感想： ☐楽しめた ☐上手いかなかった

3 回目

遊んだ日： 年 月 日 エピソード

子どもの様子： ☐喜んだ ☐表情が変わらなかった ☐嫌がった
☐その他()

遊んだ相手：

感想： ☐楽しめた ☐上手いかなかった

●今、お子さんと一緒に楽しんでいる遊びは何ですか？



ある1日の過ごし方

AM0 AM3 AM6 AM9 PM0 PM3 PM6 PM9 AM0



食事

食事の内容・好き嫌い など

食べ方



身じたく

衣服の着脱

歯みがき・洗顔 など



排せつ

自分でできること

大人の手助けは?



コミュニケーション

大人とは

子ども同士では



遊び

好きな遊び・関心のあること

苦手なこと



性格・特徴など

良い・ほめられるところ

特徴的なくせ



お子さんの様子を振り返って

本人や周りが困る行動

対応方法



育児について

～気付いたことや感想など～

おもいで

お子さんの写真
などを切り取って
貼りましょう。



受診の記録

大きな病気や発達関連の受診をしたときに、
記録しておきましょう。

診断結果など、詳しいことは、『お医者さん・
受診の記録』(P.17～)に記録しましょう。

受診日	年 月 日
受診 機関名	
受診日	年 月 日
受診 機関名	



5歳頃



相手の気持ちや状況を理解することが少しずつ上手になってきます。

今までなら自分の気持ちを主張してばかりだったのに、相手の様子を見たり説明を聞いたりすると、「そうか」と譲ってくれることも増えます。

自分で考える力も育ってきています。「こうしたい」というイメージを持って、「まずはあれをこうして、それから…」と計画を立て、工夫して遊ぶようになります。かしこいイタズラもできるようになります。自由に存分に遊ぶことで、創意工夫・試行錯誤・切り替えの力などが育ちます。



話が上手になります。

園での出来事や友達とのことを話せるようになってきます。

「誰が何をしていた」「最初はこうだったけど、こうなって最後はこうなった」など、ずいぶん上手に説明できるようになります。

「へえ、それは〇〇だったってこと？」

「ということは、△△だったんだ。」と、

話を聞いてあげましょう。丁寧に受け止め、返してあげると、もっといろいろなことを話してくれるようになります。



「ぼく、やらない。」「私はいい。」 と言うこともあります。

そんな時には心の中にたまっていることがあるのかもしれません。

恥ずかしいことや辛いこと、悪かったなと思うことなどは、なかなか話せないこともあります。

話してきた時は、「そうだったのね。」と優しく受け止めてあげましょう。安心できると話せるようになります。



毎日の生活の中で、自分のことを安定してできるようになります。

トイレや着替え、手洗い、片付けなど、いつでもどこでも自分でできる力がつきます。

でも、まだやったりやらなかったりすることもあり、

昨日はやったけれど、今日はやらないということもあります。

やらない日に「やりなさい!」と言ってもなかなかやりません。

そんな日は「じゃあ、今日はやってあげるね。」と、ちょっと甘えさせてあげましょう。自分でやったり甘えたりを繰り返しながら、少しずつ自立していきます。





子どもからのメッセージ



大きくなってきたことが自分でもわかっているよ。だから「甘えちゃいけないかな」「泣いちゃいけないかな」と思うこともある。でも、一人で頑張るのは大変。わたしたちの気持ちに気付いて、声をかけたり、受け止めてくれたりすると嬉しいな。



相手の気持ちがわかるようになってきます。

「〇〇ちゃんは、本当はこう思っていたんだ」というように、相手の気持ちや考えがわかるようになってきます。「自分の思っていることと他の人の思っていることが違うことがある」とわかってきて、我慢することや譲ってあげることなどができるようになってきます。

また、自分たちなりに話し合ったり、トラブルを解決しようとしたりもします。

しかし、まだ誤解をしたり、複雑なことはわからなかったりしますので、サポートは必要です。ただし、大人が「こうすればいいでしょ。」「こうしなさい。」と決めるのではなく、子どもたちが出す答えを待ちましょう。

Aちゃんも前がいいと思うんだけど譲ってくれたよ

本当は前がいいけれどBくんは前が好きだから譲ってあげたよ



「その子らしさ」がしっかりしてきます。

性別や年齢、きょうだい関係など、自分の社会的な立場や役割を理解し始めます。「私は女の子だから、この色にする。」「僕は男の子だから“ちゃん”付けで呼ばれたくない。」「お兄ちゃんだから〇〇ができる。」など、こだわる子もありますが、その子らしさを発揮しているものとして受け入れていきましょう。



子どもがイメージを発揮しながら自由に遊べるようにしましょう。

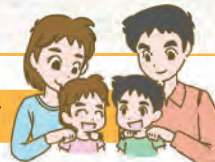
お菓子の空き箱などで工作したり、ブロックを組み立てたり、紙を切つてのりで貼ったりして、自分なりのイメージを持って作る遊びに夢中になるころです。その子なりの発想を受け止め、認めることで、満足させてあげましょう。



ワンポイント
アドバイス



遊ぶことで頭と心が豊かに育ちます



基本的なことは自分でできるようになり、新しいことにも挑戦できるようになってきたと思います。「そろそろ習い事をさせようか?」「教えればもっとできるかも?」と期待も大きくなります。でも、急がないでください。子どもの育ちに必要

なのはまず、お父さんやお母さんに「甘えられること」、次に「遊ぶこと」です。

“教えられて”ではなく、遊びや生活の中で“自分でやってみて・考えて・発見して”学ぶことで頭と心が柔軟に、豊かに、たっぷりと力を蓄えていきます。



5歳頃

こんなことはありませんか？

いらいらしていたり意地悪だったりする

心の中が少しとげとげしているようですね。この時期は、子どもなりに「頑張ろう」「頑張らなくちゃ」と思いやすく、上手く力が抜けなくなることがあり、心に余裕がなくなってイライラしてしまいます。

こんなふうに
工夫して
みましょう

- 甘えさせてあげましょう。抱っこしてスキンシップをしましょう。一緒にゆっくり風呂に入ったり、寝たりしましょう。
- お子さんが求めてくることに応じたり、話をよく聞いてあげたりしましょう。
- 頑張ることを減らしてあげましょう。のんびりする時間、好きなように過ごせる時間が、子どもにはとても大事です。
- なぜいらいらしているのか、お子さんの思いに寄り添いながら理解してあげることも大切です。



工夫してみたらどうでしたか？ 気付いたことを書いておきましょう。

記入した日： 年 月 日

「できない」「やって」と言うことが多い

できそうなことでもやってみる前から「できない。」と言うことがあります。いつもできることでもできないというのはどうしてなのでしょう。甘えたいのか、自信がないのか、お子さんの気持ちに寄り添ってあげることが大切です。

こんなふうに
工夫して
みましょう

- 他の子と比べたり、おどしたりしてはいけません。
- 手伝いをしてもらいましょう。必ずお子さんができることを頼み、「ありがとう、助かるよ。」と伝えましょう。
- 抱っこして「大好き」と伝えましょう。甘えることで自信が育ちます。



工夫してみたらどうでしたか？ 気付いたことを書いておきましょう。

記入した日： 年 月 日

子育ての相談・アドバイスは
浜松市子育て情報サイト「ぴっぴ」へ



相談先はこちらから [ぴっぴ ▶ 相談したい](#)

アドバイスはこちら [ぴっぴ ▶ はまぐく ▶ はまぐく子育てアドバイス](#)





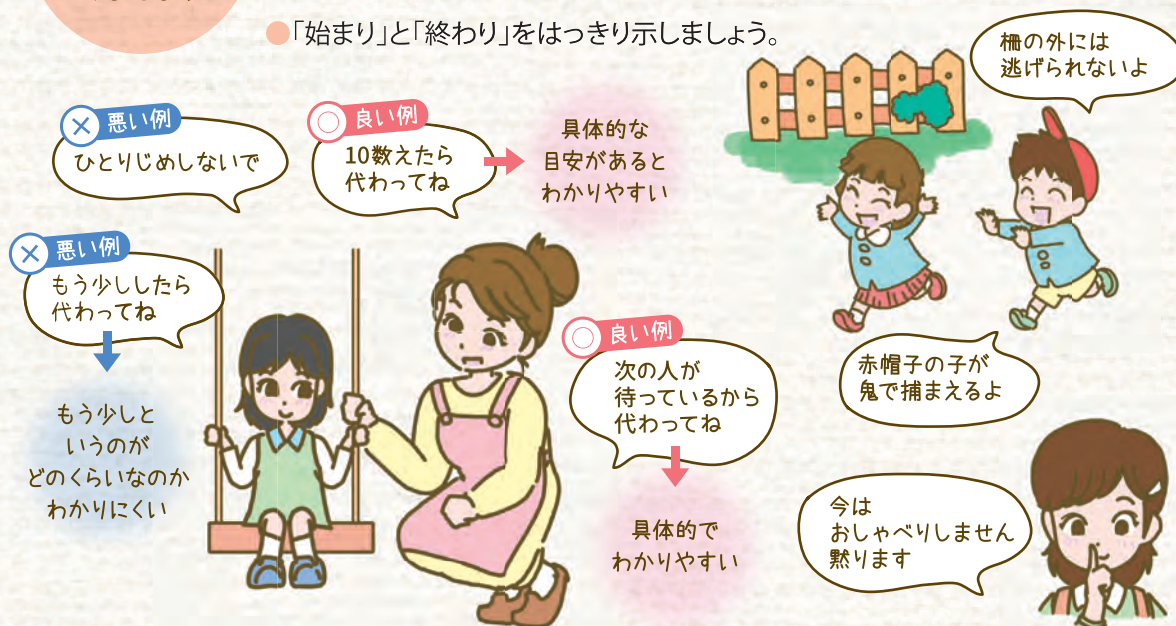
みんなで遊べない・ルールがわからないみたい

相手の気持ちや状況など、目に見えにくいものはわかりにくいですね。

「どうしたことかなあ?」「なんだろうなあ?」とお子さん自身が困っているのかもしれない。

こんなふうに
工夫して
みましょう

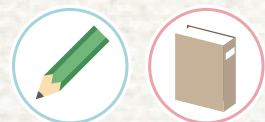
- 何をしたらよいのか、どうしたらよいのかをわかりやすくしましょう。
「〇〇しないで。」という注意や指示はわかりにくいです。
- ルールをわかりやすくしましょう。目で見てわかるようにしたり、
絵や図で見せるようにしたり、周りの大人が工夫しましょう。
- 「始まり」と「終わり」をはっきり示しましょう。



工夫してみたらどうでしたか? 気付いたことを書いておきましょう。

記入した日: 年 月 日

他に気になること、心配なことはありませんか? 気付いたことを書いておきましょう。



からだ遊びを楽しもう！

継続して取り組むことで楽しい遊びに変わっていきます。

お子さんと一緒に楽しみましょう。

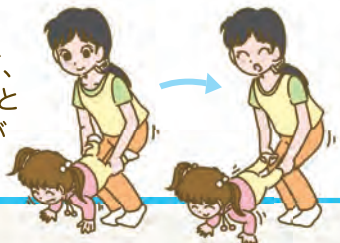
5歳頃… 様々な道具を使い、活動も複雑に行うようになります。道具はからだの延長として、手の機能をさらに広げていきます。ルールのある遊びを楽しみ、みんなでやる楽しさや自分たちでルールを作る楽しさなども体験していきます。

自然物やいろいろな遊具、用具を使って十分にからだを使う楽しさを体験していきましょう。

いろいろな動きを組み合わせる遊ぶことは、からだの複雑な動きを身につけていきます。

手押し車

もも・足首、片足など、持つところを変えると難しくなり、楽しさが変わります。



人間下駄パート2

大人が歩き回ること、落ちないようにしがみつくと楽しさを体験しましょう。



遊んだときの様子を記録しましょう

1回目

遊んだ日： 年 月 日 エピソード

子どもの様子： ☐喜んだ ☐表情が変わらなかった ☐嫌がった
☐その他()

遊んだ相手：

感想： ☐楽しめた ☐上手いかなかった

2回目

遊んだ日： 年 月 日 エピソード

子どもの様子： ☐喜んだ ☐表情が変わらなかった ☐嫌がった
☐その他()

遊んだ相手：

感想： ☐楽しめた ☐上手いかなかった

3回目

遊んだ日： 年 月 日 エピソード

子どもの様子： ☐喜んだ ☐表情が変わらなかった ☐嫌がった
☐その他()

遊んだ相手：

感想： ☐楽しめた ☐上手いかなかった

●今、お子さんと一緒に楽しんでいる遊びは何ですか？



記入した日: 年 月 日



ある1日の過ごし方

AM0 AM3 AM6 AM9 PM0 PM3 PM6 PM9 AM0



食事

食事の内容・好き嫌い など

食べ方



身じたく

衣服の着脱

歯みがき・洗顔 など



排せつ

自分でできること

大人の手助けは?



コミュニケーション

大人とは

子ども同士では



遊び

好きな遊び・関心のあること

苦手なこと



性格・特徴など

良い・ほめられるところ

特徴的なくせ



お子さんの様子を振り返って

本人や周りが困る行動

対応方法



育児について

～気付いたことや感想など～

おもいで

お子さんの写真
などを切り取って
貼りましょう。



受診の記録

大きな病気や発達関連の受診をしたときに、
記録しておきましょう。

診断結果など、詳しいことは、『お医者さん・
受診の記録』(P.17～)に記録しましょう。

受診日	年 月 日
受診 機関名	
受診日	年 月 日
受診 機関名	

6歳頃



小学校の準備が始まる時期ですね。

でも、焦りは禁物。子どもにとっては頑張ることがいっぱい、不安もいっぱいの時期です。

ゆったりじっくり、お子さんのペースに合わせましょう。

心が休憩できる場所、心にエネルギーを補給できる場所があると、頑張れます。

家庭や園では、張り切って手伝いをしたり、年下の子に優しくしたりする姿が見られるでしょう。

「ありがとう、助かるよ。」と一人前に扱ってあげましょう。誇りと自信が、優しさと意欲につながっていきます。



友達と話し合ったり 協力したりすることが できるようになります。

自分の気持ちや考えがしっかりしてきて、友達の気持ちや考えも理解できるようになります。

「今日は何をして遊ぼうか？」

「おにごっこをしよう！」

「〇〇ちゃんは嫌だって。」

「え〜、でもさあ。」

「じゃあ、こうする？」

など、大人が口を出さなくても話し合い、協力することができるようになります。家庭でも、きょうだいで仲良く遊ぶ姿が増えてきます。(ケンカはつきものですが)



手指が器用になってきます。

字を書くことに興味を示す子もいますね。字を書く練習をさせる前に、手指をしっかり使う遊び・作業をしましょう。

【ギュッと力を入れる遊び】

相撲、鉄棒にぶら下がる、
引っ張り合いっこ、
雑巾しぼり、
粘土や小麦粉をこねる など



【指を細やかに動かす遊び】

紙をちぎる、あやとり、
折紙、迷路、指編み、
指相撲 など



【右手と左手の役割が違う遊び】

絵を描く、紙を切る、包丁を使う、
果物の皮を手でむく など



わざわざ訓練をするのではなく、日頃の遊びや手伝いの中で、楽しく取り組んでいけるといいですね。



子どもからのメッセージ



もしぼくたちのことで心配なことがあったら、先生や専門家にも相談してね。
お父さんやお母さんも困っているかもしれないけれど、
ぼくたち自身も困っているし、不安なんだ。助けてくれると嬉しいな。



大人顔負けに 遊べるようになります。



ルールや作戦が必要な遊びを楽しめるようになります。
「なぞなぞ」や「しりとり」のような言葉遊び、ドッジボールやいろいろな鬼ごっこ、すごろくやカルタ、トランプのような順番のある遊び、パズルや数探しのような、全体図とパーツを照らし合わせる遊びなど、楽しめる遊びが増えます。大人も一緒に遊べますね。



からだを複雑に 動かせるようになります。



自転車や竹馬に乗れるようになったり、縄跳びや跳び箱を飛べるようになったりします。コマ回しやけん玉が上手にできるようになる子もいます。
得意、不得意はありますが、楽しめることが大切です。



聞く力・話す力が大きく伸びます。

先生の指示や話をよく聞けるようになります。
少し長くて複雑な絵本も楽しめるようになります。
「過去・未来」「現実・想像」などの区別もしっかりしてきて、
出来事や知っていること・経験したことを、上手に話せるようになってきます。
話をよく聞いてあげながら楽しく会話をし、コミュニケーションの力を伸ばしましょう。



ワンポイント アドバイス



できる・上手にこだわらない

集団生活の中で、ルールを守ることや我慢することもできるようになります。「上手か下手か」「正しかったか間違えたか」「成功か失敗か」もわかるようになります。

上手くやれなかったり失敗したりすると、とても傷つきます。その傷つきにはサポートが必要です。
「できた、できない」「上手、下手」にこだわらず、「頑張ったのにできなくて悲しい、辛い」という気持ちを受け止めてあげましょう。自分の気持ちをわかってもらえて励まされれば、また挑戦する気持ちが育ちます。



6歳頃

こんなことはありませんか？

友達や年下の子に優しくできない

大きくなることには葛藤も付きものです。「大きくなったら、なんでも一人でやらなくてはいけない」と思い、すごく不安にもなります。心に余裕がなくて、優しくできないのかもしれないですね。

こんなふうに
工夫して
みましょう

- 「もう大きくなったんだから。」と言っていないですか？
お子さんのプレッシャーになっているかもしれません。
控えたいですね。
- 甘えさせてあげましょう。泣いたりぐずったりできることを認めましょう。
弱音が吐けると安心でき、人に優しくできるようになります。

僕も頑張っているんだ！

甘えさせて！



工夫してみたらどうでしたか？ 気付いたことを書いておきましょう。

記入した日： 年 月 日

みんなと一緒に活動したり 協力したりすることが難しいみたい

どうしたらいいのか、わからないのかもしれないですね。また、自信がなくて、みんなの中に入れないのかもしれないですね。

こんなふうに
工夫して
みましょう

- わかりやすい役割を作ってあげましょう。
- みんなの様子を見たり、説明したりしてあげましょう。
- 「手伝いをして、役に立った!」という経験をさせてあげましょう。
- お子さんの好きな遊びにじっくり付き合って遊ぶ時間を持ちましょう。

Aくんは
音楽をかける係を
お願いね



工夫してみたらどうでしたか？ 気付いたことを書いておきましょう。

記入した日： 年 月 日

子育ての相談・アドバイスは
浜松市子育て情報サイト「ぴっぴ」へ



相談先はこちらから [ぴっぴ](#) ▶ 相談したい

アドバイスはこちら [ぴっぴ](#) はまずく ▶ はまずく子育てアドバイス



ぴっぴ 検索



おとなしい・思っていることを言えない

家庭ではどうですか？外ではドキドキしてしまうのかもしれませんね。

園の先生に協力してもらいながら、支援していきましょう。

こんなふうに
工夫して
みましょう

- お子さんの好きな遊びに付き合いながら、楽しみ方や発想をほめましょう。
- 自分からやっていることをほめましょう。
- 考えておいてほしいことを、先に伝えておきましょう。
お父さんやお母さんと一緒に考えて、先生にも伝えておきましょう。
園では、先生から発言を促してあげたり、代弁してあげたりしましょう。



工夫してみたらどうでしたか？ 気付いたことを書いておきましょう。

記入した日： 年 月 日

落ち着かない・そわそわしてばかりいる

集中するのが苦手なのかもしれませんね。楽しいことで集中力を育てましょう。

ゲームはやり過ぎないようにしましょう。

こんなふうに
工夫して
みましょう

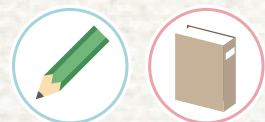
- 我慢してやることを減らし、楽しいことや好きなことに
じっくり取り組ませましょう。
- 苦手なことは、大人がそばで見守ったり
支援したりしながら、短時間で済むようにしましょう。



工夫してみたらどうでしたか？ 気付いたことを書いておきましょう。

記入した日： 年 月 日

他に気になること、心配なことはありませんか？ 気付いたことを書いておきましょう。



からだ遊びを楽しもう！

継続して取り組むことで楽しい遊びに変わっていきます。
お子さんと一緒に楽しみましょう。

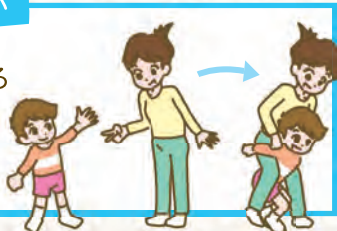
6歳頃… 自分で目標を作り、いろいろな活動に挑戦する姿が見られる時期です。

このときの試行錯誤が大切な経験となります。大人も一緒に楽しみながら、チャレンジする気持ちを体験しましょう。

失敗してもやり続けることの「充実感」や、できたことの「達成感」を人と共有する体験は、人への信頼を強くします。諦めずに頑張っていることを励ましていきましょう。

じゃんけんおんぶ

じゃんけんで勝負する楽しさも加わります。大人もおんぶしてもらいましょう。



おしくらまんじゅう

いろいろなルールを工夫して加えながら、力比べを楽しみましょう。



遊んだときの様子を記録しましょう

1
回
目

遊んだ日： 年 月 日 エピソード

子どもの様子： ☐喜んだ ☐表情が変わらなかった ☐嫌がった
☐その他()

遊んだ相手：

感想： ☐楽しめた ☐上手いかなかった

2
回
目

遊んだ日： 年 月 日 エピソード

子どもの様子： ☐喜んだ ☐表情が変わらなかった ☐嫌がった
☐その他()

遊んだ相手：

感想： ☐楽しめた ☐上手いかなかった

3
回
目

遊んだ日： 年 月 日 エピソード

子どもの様子： ☐喜んだ ☐表情が変わらなかった ☐嫌がった
☐その他()

遊んだ相手：

感想： ☐楽しめた ☐上手いかなかった

●今、お子さんと一緒に楽しんでいる遊びは何ですか？



入学前

こんなことができるかな？

入学前に、基本的な生活習慣を確認したり、人とかかわり方を学んだりして、
お子さんが楽しい小学校生活を迎えるために、ぜひご活用ください。

じぶんのことが いえるかな？

かけるこは、じぶんでかいてみましょう。

じぶんのなまえが いえるかな？

たんじょうびは
いつかな？



あなたの かぞくは
なんにんかな？

かぞくのなまえが
いえるかな？

じぶんのすんでいる
まち(ちょうめい)が
いえるかな？

かよっている ようちえんや
ほいくえんを いえるかな？



にゅうがくする
しょうがっこうを
いえるかな？

たんにんの せんせいの
なまえを いえるかな？





めだるをなんまい げっとできるかな？

しつもんをよんで、こたえが「はい」のときは2まい、
「ときどきできる」のときは1まい、めだるにいろをぬりましょう。

めだるをたくさんあつめて
きらきら 1ねんせい をめざそう!!

- 1 みんなのまえで じぶんの
なまえが いえますか？



- 2 「おはようございます」
「さようなら」の あいさつを
おおきなこえで
いえますか？



- 3 あいての はなしを
さいごまで きくことが
できますか？



- 4 といれに いきたいとき、
「といれに いきたいです」と
いえますか？



- 5 ひとから しんせつに
してもらったときには、
「ありがとう」と
いえますか？



- 6 おうちのひとに
きょうあった できごとを
はなすことが
できますか？



- 7 してはいけないことを
してしまったときに
「ごめんなさい」と
いえますか？



いろをぬっためだるのかずを
かぞえてみましょう。

まい



きらきら 1ねんせい になれそうかな？

しょうがっこうでは、せんせいや おにいさん、おねえさんたちが
あなたのにゅうがくを たのしみにまっているよ♪



栄養のとり方

栄養方法

*あてはまるものに○をつけましょう。

母乳 ・ 混合 ・ 人工 ・ 離乳食

飲む・食べる様子・好き嫌い など



排せつ

どんなおしっこやうんち？

1日にどれくらい出ていますか？



赤ちゃんの様子

泣いているとき

喜ぶこと・お気に入りのもの



育児について ～気付いたことや感想など～



お子さんの様子を振り返って

機嫌が良いとき

機嫌が悪いとき

落ち着くための手立て



メモ

受診の記録

大きな病気や発達関連の受診をしたときに、
 記録しておきましょう。
 診断結果など、詳しいことは、『お医者さん・
 受診の記録』(P.17～)に記録しましょう。

受診日	年 月 日
受診機関名	
受診日	年 月 日
受診機関名	

※必要に応じて、
 この用紙をコピーまたは、
 ダウンロードして
 追加しましょう。





おもいで

記入した日： 年 月 日(歳)

写真やお子さんが
描いた絵などを
切り取って貼りましょう。



記入した日： 年 月 日(歳)

写真やお子さんが
描いた絵などを
切り取って貼りましょう。



※必要に応じて、この用紙をコピーまたは、ダウンロードして追加しましょう。





おもいで

記入した日： 年 月 日(歳)

写真やお子さんが
描いた絵などを
切り取って貼りましょう。



記入した日： 年 月 日(歳)

写真やお子さんが
描いた絵などを
切り取って貼りましょう。



※必要に応じて、この用紙をコピーまたは、ダウンロードして
追加しましょう。





ある1日の過ごし方

睡眠や食事、家庭学習、ゲーム、テレビ、遊ぶ時間など、1日のスケジュール（平日/休日）を入れて、生活リズムを見直してみましょう。

	AM0	AM3	AM6	AM9	PM0	PM3	PM6	PM9	AM0
【平日】									
【休日】									



生活面について

食事や身支度、睡眠の様子などを記入しましょう。



学習面について

得意・苦手な教科、学習への意欲、心配なことなどを記入しましょう。



交友関係について

誰と、どんな遊びをしているかなどを記入しましょう。

学校では	地域では
------	------



興味・関心

好きなこと・得意なこと（熱中していること・趣味など）	苦手なこと
----------------------------	-------



性格・特徴 など

頑張っている・成長しているところ
特徴的なくせ



お子さんの様子を振り返って

本人や周りが困る行動（直したい課題）	対応方法
--------------------	------



学校との連絡（懇談会や三者面談での話など）

受診の記録

大きな病気や発達関連の受診をしたときに、記録しておきましょう。

診断結果など、詳しいことは、『お医者さん・受診の記録』（P.17～）に記録しましょう。

受診日	年 月 日
受診機関名	
受診日	年 月 日
受診機関名	

※必要に応じて、この用紙をコピーまたは、ダウンロードして追加しましょう。





おもいで

記入した日： 年 月 日(歳)

写真やお子さんが
描いた絵などを
切り取って貼りましょう。



記入した日： 年 月 日(歳)

写真やお子さんが
描いた絵などを
切り取って貼りましょう。



※必要に応じて、この用紙をコピーまたは、ダウンロードして追加しましょう。





園・学校・施設等での様子

*子育て支援等の施設を利用したときや、園・学校生活でのお子さんの様子を記録しましょう。

記入例

※記入の参考にしてください。

記入日	H28 年 2 月 10 日 (1 歳 10 か月)
園・学校・施設名	〇〇〇ひろば(子育て支援ひろば) どこでの様子か 場所を記入します。
子どもの様子 ・人とのかかわり ・集団での様子 ・生活面 など	・お友達とおもちゃの取り合いになることもあるけれど、大人が間に入って話をすると、ゆずってあげることができた。 ・みんなで集まって絵本を見るとき、最後まで見ていられず、部屋の中を歩き回っていた。 ・初めて外出先のトイレでおしっこをすることができた。
感想	・お友達にゆずってあげることができて嬉しかった。成長を感じた!! ・みんなと一緒に最後まで座っていられず、ちょっと心配。今度、ひろばの発達相談のときに、相談してみようと思う。 ・トイレトレーニングの成果が出てきたみたい(^^)♪ 上手いかわなくて悩んだときもあったけれど、頑張ってよかった。明日からも頑張ろう!(^^)!

記入日	年 月 日 (歳 か月)
園・学校・施設名	
子どもの様子 ・人とのかかわり ・集団での様子 ・生活面 など	
感想	

記入日	年 月 日 (歳 か月)
園・学校・施設名	
子どもの様子 ・人とのかかわり ・集団での様子 ・生活面 など	
感想	



園・学校・施設等での様子

＊子育て支援等の施設を利用したときや、園・学校生活でのお子さんの様子を記録しましょう。

記入日	年 月 日 (歳 か月)
園・学校・施設名	
子どもの様子 ・人とのかかわり ・集団での様子 ・生活面 など	
感想	

記入日	年 月 日 (歳 か月)
園・学校・施設名	
子どもの様子 ・人とのかかわり ・集団での様子 ・生活面 など	
感想	

記入日	年 月 日 (歳 か月)
園・学校・施設名	
子どもの様子 ・人とのかかわり ・集団での様子 ・生活面 など	
感想	

※必要に応じて、この用紙をコピーまたは、ダウンロードして追加しましょう。





相談・サポートの記録

*子育ての悩みなどを相談した後、アドバイスされたことや参考になったことなどを記録に残しておき、今後の参考にしましょう。

記入例

※記入の参考にしてください。

相談日	H27 年 8 月 10 日	相談先	〇区 健康づくり課
相談内容	・昼も夜も休むことができず、睡眠不足で辛い。 ・いつもニコニコした母親でいたいの、毎日イライラしている。 こんな私って、母親失格ではないかと思ってしまう。どうしたらいいか。		
子どもの様子	・夜泣きが続いている。 ・日中もグズグズすることが多く、ずっと抱っこしている。		
アドバイス 支援内容 等	・夜泣きはいつか終わるもの。大変だけれども、しばらく付き合ってあげて。 ・子育て支援ひろばなどを利用して、子どもと遊んだり、他の人の話を聞いたりしてみるとよい。子育て支援ひろばは相談もできる。		

相談日	年 月 日	相談先	
相談内容			
子どもの様子			
アドバイス 支援内容 等			

相談日	年 月 日	相談先	
相談内容			
子どもの様子			
アドバイス 支援内容 等			



相談・サポートの記録

＊子育ての悩みなどを相談した後、アドバイスされたことや参考になったことなどを記録に残しておき、今後の参考にしましょう。

相談日	年 月 日	相談先	
相談内容			
子どもの様子			
アドバイス 支援内容 等			

相談日	年 月 日	相談先	
相談内容			
子どもの様子			
アドバイス 支援内容 等			

相談日	年 月 日	相談先	
相談内容			
子どもの様子			
アドバイス 支援内容 等			

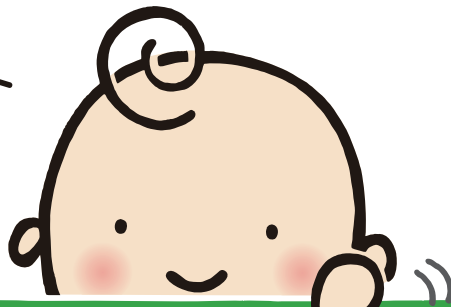
※必要に応じて、この用紙をコピーまたは、ダウンロードして追加しましょう。





浜松市
子育て情報サイト

ぴっぴ



ぴっぴの
サイトは
こちらから！



PC・モバイル共通

ぴっぴ

検索

検索しやすい



目的・カテゴリ・キーワードなど、
どんな入口からでもすぐに情報を探
せます。

子育てマップ



保育園や放課後児童会・公園・公
共施設など子育てに役立つ施設を
地図から簡単に探せます。

イベント



子連れで楽しめる地域のイベント
や講座情報が満載！カレンダーや
イベント検索も便利です。

医療・健康



子どもや妊婦の健康診査・予防接
種についての情報、委託医療機関
の検索などができます。

保育園・幼稚園



市内の保育園や幼稚園の情報が検
索できます。先輩ママの園選びア
ドバイスも必見！

サークル



市内の子育てサークル・サロン・
団体の検索や情報収集ができます。

他にも 子育てにうれしい内容もたくさん♪



<https://www.hamamatsu-pippi.net/>

子育てナビゲーション

<http://www.kodomolove.org/hamamatsu/>

全ての子どもたちの健やかな発達のために…

子どものあらわれに困ったとき、
子どもの発達に心配なことがあったとき。
小学校への入学が不安だったり、
我が子の将来が心配になったりしたとき—。
そんなときこそ、
子育てナビゲーション!をご利用ください!



浜松市教育委員会

浜松市中区中央一丁目2-1
イーステージ浜松オフィス棟

TEL:053-457-2408

子育てナビゲーション!
(ホームページ)には、
困ったとき、心配事が
あったときの
相談先も載っています。



スマートフォン用



携帯電話用

ご意見・ご感想をお寄せください。

浜松市子育てサポート「はますくファイル」
をより使いやすいものにしていきたいと
考えています。皆様からのご意見・ご感想を
お待ちしております。



お問い合わせは…

浜松市こども家庭部子育て支援課

TEL: (053) 457-2793

FAX: (053) 457-3011

E-mail: kosodate@city.hamamatsu.shizuoka.jp

※子育てに関する相談は、母子健康手帳の「子育てに関する相談機関等」もご活用ください。

平成23年8月1日初版

平成27年4月1日改訂版

平成30年4月1日改訂版

令和2年4月1日改訂版