

工夫ひとつで「ゆったり子育て」

1人で歩き始めない...

外遊びや、全身を使った遊びで楽しく体作り♪

動きやすい服装を心がける



言葉のやりとりが 少ないかも...

“体を使う”、“声を出す”遊びを子どもと楽しもう!

子どもの行動や気持ちを大人が代弁する



偏食があって困る!

食えること自体が嫌にならないことが大事

無理強いしなくても大丈夫!

生活リズムを整える
(早起き・食事・日光を浴びる)

偏食の内容と理由は?

健康面が心配な時は相談を



刺激を和らげる工夫を
(音・照明・衣服など)

やっていることを止められたら 泣いて怒る!

事前に“おわり”を伝えて「予告」

子どもにとってキリの良いところで終わるまで「待つ」ことも大事

かんしゃくが激しい時は、危険がないように、落ち着くまで見守ってください



落ち着きがない...

「やめなさい!」だけでは伝わりません

「椅子に座るよ」などと短い言葉で具体的に伝える

気が散るものを隠すなどの環境調整も大切



ほめ方のポイント

完璧を求めず、「当たり前」「普通」にできている行動に注目し、ほめます。

【子どもが今していることを伝える】

上手に○○しているね!

○○してくれてありがとう【感謝する】

○○できた、すごいね!【ほめる】

なでる【体に触れてほめる】



ほめ方のバリエーション

ほめ方のコツ

- ・行動し始めたらずいほめる
- ・近づいて同じ目線の高さで
- ・おだやかに微笑んで
- ・短い言葉で具体的に など

子どもの成長が気になったり、「子育てって難しい...」と感じたとき、

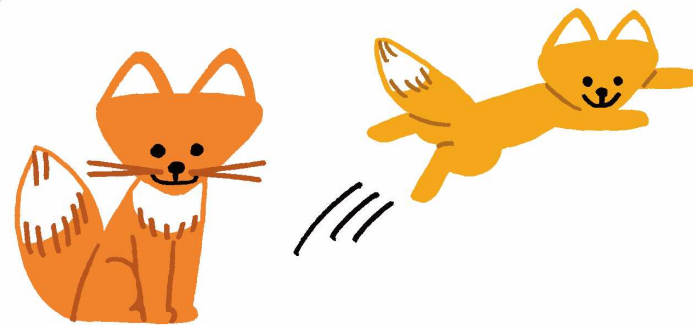
まずは、これを見てください。

子どもの成長の仕方は、違いがあって当たり前。

あなたの育て方のせいではありません。

あなたの周りには、子育てをサポートする応援団がいます。

お子さんに合った育て方のコツを一緒に見つけていきましょう!



高知県

地域福祉部障害福祉課
療育福祉センター高知ギルバーク発達神経精神医学センター

🐱 子育てって難しい…

子育てをしていると、自分の子どもについて「なんで？」と思ったり、悩んだりすることもしばしば…



実は、毎日の子育ての困りごとは、子どもの「発達」と関係しています。



0～6歳頃の子どもの発達は、このような視点でみることができます。

🐱 子どもの発達ってきまりがあるの？

きまりはありません。おおよその目安はあっても、子どもは生まれながらにして気質・性質が違います。また、生まれた後の発達のスピードや、発達の仕方もひとりひとり違います。



なので、その子の特徴に合った接し方をしたり、環境を整えてあげたりすることが、とっても大切です。

🐱 じゃあ、子どものことで「気になること」がある時はどうしたらいいの？

まずはここに聞いてみましょう！どんな些細なことでもかまいません。

