

子どもの成長と育児

子どもの成長

●運動

首すわり（4か月頃） → 寝返り（5か月頃） → おすわり（7～8か月頃）
→ ハイハイ（7～9か月頃） → つかまり立ち（8～9か月頃）
→ つたい歩き（1歳頃） → 独り歩き（1歳～1歳6か月頃）



●言語

発声 → 喃語（アーワー、マンマンマン）
→ ジャーゴン（ウニャウニャ） → 単語（ワンワンなど）



日常の関わり方

●人見知りは成長のあかし（個人差があります）

社会性が芽生え、親や家族以外の人との区別がつくようになってきた証拠です。子どもは不安を感じているので、そばで十分に受け入れてあげ、安心できるようにしてあげましょう。いずれ「見守られている」という安心感のもと、お友達とも遊べるようになっていきます。

●分かるのが先、言えるのは後

子どもが言おうとしていることを汲み取って、「～だね」、「～したいんだね」とことばにしてあげましょう。

「分かることを増やす」ことで、ことばの意味も分かってきます。

●「こっちを見て」のサインをキャッチしよう

子どもは顔、視線、指差しや声を組み合わせて自分の意思を伝えようとします。子どものお願いや SOS のサインに反応してあげましょう。それは、子どもに大きな達成感と自信をもたらします。そして、もっと「伝えたい」という気持ちが膨らみます。

●記憶の引き出しを豊かに

何度も見たり聞いたり触ったりして、経験をたくさんさせてあげましょう。記憶がイメージとして残り、自分の意思をある程度伝えることができるようになります。



●生活習慣もまねごとから

9か月頃より、大人のまねができるようになります。「子どもに合わせて」、「子どもと一緒に」という関わり方で「すごいね」、「できたね」と反応してあげましょう。

●上手に褒めましょう

ほめられると、子どもは自分に良いイメージを抱き、意欲と自信がわいてきます。子どもをほめてあげましょう。



ことばを引き出す話し方のコツ



～視線を合わせてくり返し、楽しい体験を～

★大人との相互関係の中で、ことばやコミュニケーションが育っていきます。



- ・赤ちゃんことば（ブーブーやワンワンなどの優しい言葉）を積極的に
- ・短い文でメインの単語をひとつ（よく知っている単語など）
- ・繰り返しのあることばで
- ・擬態語、擬声語を多く（きらきら、ころころ、ぴかぴか）
- ・お口で言ってごらんは禁句
- ・テレビやビデオよりも実体験を、静かな環境で自然な語りかけを
- ・要求がある前に動きすぎない



遊びについて



～子どもは好奇心のかたまり、スキンシップ遊びで楽しく～

0歳～ いたずらも大切な探索行動！触ってなめて確かめる

抱っこをして、声をかけてふれあいを

音のするもので楽しく

ハイハイで、まてまて追いかけて

手あそび

『ちょうだい・どうぞ』が楽しめる



事故に
注意！！

1歳～3歳頃 体全体を使って遊ぼう！自分の足で探検！イメージの世界で遊ぶ

ジェスチャーとことばをセットにして → 「おいしいね」とほっぺたに手をそえる

おもちゃとしての絵本

アクションつきの歌を → リズムに合わせて体を動かす

まねっこ遊び → いないないばー、ひげじいさん、きらきら星、おままごと

型はめ、パズル → 箱の中や穴に物をほとんと落とす、2歳をすぎるとパズルも

紙をくしゃくしゃ → 紙を丸めたり、破ったりなど

なにがでてくる → ハンカチなどを箱に入れて引っ張り出す

2歳頃にイヤイヤ期がやってきます

2歳頃になると自分の意思や主張を表現したいという気持ちが強くなり、大人が『ダメダメ』という場面も増えてきます。

「～しようね」の前向きなことばで伝え、子どもの気持ちを代弁した後で説明すると、すんなり行動できることもあります。そして、できたことはしっかりほめてあげましょう。

イヤイヤ期は一時的なもので、3歳を過ぎれば少しずつ他者のことばや気持ちを受け入れてくれるようになります。イヤイヤ期はお母さんもお父さんもストレスを感じる時期です。悩みを抱え込まず、下記の保健福祉センター等にご相談ください。

西宮市保健所地域保健課

（月～金 9:00～17:30）

中央保健福祉センター

鳴尾保健福祉センター

北口保健福祉センター

塩瀬保健福祉センター

山口保健福祉センター

（TEL） 0798-35-3310

（TEL） 0798-42-6630

（TEL） 0798-64-5097

（TEL） 0797-61-1766

（TEL） 078-904-3160