

## Step 1 【0歳児の成長の様子：子育ての目安表】

### 〔親のスタンス〕

- ・身体、衣服、身の回りのものを、常に清潔に保つ。
  - ・健康管理・運動機能・感覚機能の発達を見守る。
  - ・抱いたり、あやしたり、語りかけるなどに心がけ、たっぷり愛情を注ぐ。
- ◎親子の愛着関係をしっかりつくる。子どもの気持ちの安定・感情のコントロールには最も大切なものとなる。就学前頃まで「親は安心の基地」となる。
- ・家族とは何か（親子のコミュニケーション、家族の絆、家族の大切さなど）を考える。



□に、チェックしていきましょう。

### 1 全身運動が活発になる

\*1歳ごろまでの目安。

- 寝返り  はう  座る  立つ  伝い歩き

### 2 感覚が発達する

- 視覚（動くものや興味ある色などに反応する）  
 聴覚（言葉、音楽等に反応する）

### 3 簡単な言葉の意味がわかる

\*名前を呼ばれると振り向いたりする。

\*信頼関係のある大人の身振りを真似る。（にぎにぎ、ばんざいなど）

- 簡単な言葉がわかる \*話しかけると、視線や表情、しぐさや発声で応答します。

「おいで」「ちょうだい」「いけません」などの要求が表情とともにわかる。

自分の名前を呼ばれるとわかる。

簡単な言葉がわかる（主に名詞）。\*ことばがでてくるのは1歳ごろからです。

\*具体的にどんな言葉

- ママ  パパ  ワンワン  ブーブー  
 マンマ  バイバイ  ネンネ  だっこ  イヤイヤ  
 おめめ  おはな  おくち 顔の部位がわかったりする。  
 その他（ ）

### 4 特定の人(世話をしてくれる人)との愛着関係が育つ

\*後追いもその表れのひとつ。

- 母  父  祖父母  その他（ ）



\* の部分は長生郡市ライフサポートファイル注です。ことばをはぐくむためには、抱っこした時に、目を合わせて笑顔で声をかけてあげるといいですよ。赤ちゃんにとっても伝わりやすく、喜びますよ。

## Step 2 【1歳児の成長の様子：子育ての目安表】

### 【親のスタンス】

- ◎安全に気をつけながら、歩行や遊び・いたずらなどを十分にさせる。
- ・「自分でしたい」という欲求を満足させて、できたことをほめる（食事の際の手づかみなども）。
- ・子どもが伝えようとしていることを言葉で受け止めて、言葉で返してあげる。
- ・各種予防接種を受ける。
- ・家族とは何か（親子のコミュニケーション、家族の絆、家族の大切さなど）を考える。



□に、チェックしていきましょう。

### 1 「自分でしたい」という欲求が表れ、好奇心や遊びが意欲的になる。

☆具体的には

- 物を投げる。
- 受話器をはずす。
- いたずらと見える行動が多くなり、いくらとめてもやめない。
- 身の回りにあるものを、持つ、ひっぱる、たたく、ころがす。
- 箱やバッグの中のものを出したり入れたり、繰り返し何度もする。
- 遊びたいところへ、自分から行く（取りに行く）。
- 自分の意思や要求を、身振りなどで伝えようとする。
- 指差し、身振り、不完全な言葉などを盛んに使うようになる。
- 手が自由に使えるようになり、様々なものを手に取ったり、触れてみたり指先を使いながら、つまんだり、拾ったり、物の出し入れを喜ぶ。

### 2 離乳食から幼児食へ移行する

☆具体的には

- ほぼ大人と同じでかたちのあるものが食べられる。  
徐々に味つけをしたもの（刺激物以外のもの）になれ、いろいろな種類のものが食べられるようになってくる。

## Step 2 【1歳児の成長の様子：子育ての目安表】つづき

- こぼしながらも、手づかみやスプーンで食べる。
- かたちある食物をかみつぶせるようになり、大部分のエネルギーや栄養素を母乳または、ミルク以外の食物で取れるようになった状態。  
(その時期は12ヶ月～18ヶ月。)
- 離乳食(後期)が一日3回になり、ミルクの補充を必要としなくなった時に、自然に幼児食へ移行する。

### 3 一語文から二語文で話し始める

- ◎名詞、動詞で話ができるようになる。
- ◎指さすものを言葉にして返すなどの関わりによっては二語文で表現する。

☆具体的には

- 絵本をひらいて「ワンワンはどれ」「ブーブーはどれ」とたずねると、指さして、オウム返しのように答える。
- マンマちょうだい
- ワンワンきた
- おしっこない(でないの意味)
- ネンネない(寝ないの意味)
- マンマ、おいしい
- ママ、いない
- ブーブ、きた                     など

乳幼児健診の日以外にも、育児の相談はできますよ。気がかりなことをネットで調べても、なかなか良い答えには出会えないものです。身近な保健センターなどに相談してみませんか？



### 4 他の子どもへの興味・関心が出はじめる

☆具体的には

- 他の子どもの声や動きなどを
  - ・じっと見る・聞く・そばに行きたがる・手をつなぐ・動きを真似る
- 他の子どもにあやされると喜ぶ。
- 他の子どもの声が聞こえるほうに関心を示す。振り向いたり行こうとしたりする。
- 他の子どもの後を追いかける、おもちゃの取り合いをする。

記入日            年            月            日            記入者 \_\_\_\_\_

## Step 3 【2歳児の成長の様子：子育ての目安表】

### 〔親のスタンス〕

- ・好きな遊びや運動を繰り返し十分経験させる。
  - ・十分遊ばせて、食事をしっかり食べさせる。
  - ・自分でできることは時間がかかってもさせるようにして見守る。
  - ・遊んだあと、後始末を一緒にし、その習慣化を図る。
  - ・会話の相手になって、じっくり関わる。
- ◎自我の育ちを認め、気持ちをしっかりと受け止めるが、すべて言いなりには対応できないことをきちんと教える。
- ・家族とは何か（親子のコミュニケーション、家族の絆、家族の大切さなど）を考える。



□に、チェックしていきましょう。

### 1 基本的な運動機能が活発になる

- 走る とぶ くぐる 投げる ける

### 2 自分がしたいことに集中する

☆具体的には

- 好きな遊びを一人で繰り返す。
- いたずら書きや階段を上り下りするなど、自分が満足するまで同じことを繰り返す。
- 次々に遊びが変わるが、その遊びに集中する。
- 紙をちぎったり、破いたり、貼ったり、なぐり書きなどを満足いくまでする。

### 3 身の回りのことを自分でしようとする

- 食事 着脱 排泄 など

活発に動き回るこの時期、育児と家事や仕事との両立に大変さを感じていませんか？ お家の人にもストレスや疲れはたまってきます。ひとりでがんばりすぎていませんか？



### Step 3 【2歳児の成長の様子：子育ての目安表】つづき

#### 4 簡単なごっこ遊びができる(ままごと など)

☆具体的には

ままごと

- ・ コップやお皿スプーンで、食べるまねをする。
- ・ 人形を使って、親の役になって世話をする。
- ・ ままごとで身近な人の役を真似たりする。

友だちと手をつなぐようになる。

「ごっこ遊び」を大人と一緒に楽しむ。

＊近所の遊び場へ連れ出し、他の子と接するチャンスをつくり、親から安心して離れる練習をすることが大切。

#### 5 要求を言葉で表し、言葉のやりとりを喜ぶ

◎自分の思いを言葉やしぐさで表現しようとする時であり、大人も生活のいろいろな場面で積極的に話しかけることが大切。

☆具体的には

おもちゃなどがほしい時、やってほしい時など「かして」「やって」「いれて」などと要求を言葉で言う。

「いいよ」「あとで」などと返事をする。

ほしいものがあると「ちょうだい」ともらいにくる。

「～を持ってきた」などと言葉と行動が一致する。

いろいろ、「あれなーに？」と聞く。

「これなーに？」と聞くとその名前を答える。

相手の言うことを繰り返す。

#### 6 自己主張が強くなる

☆具体的には

ほしいもの、やりたいことなどを、すぐできないと気がすまない。

言い出したら聞かない。

自我が発達し「自分でやる!」「いや!」など自己を強く主張したりする。

自分の思いどおりにならないことが生じると、物を投げたり、泣いたりして表現するようになる。

怒った顔をすることがある。

記入日            年            月            日            記入者 \_\_\_\_\_

## Step 4 【3歳児の成長の様子：子育ての目安表】

### 【親のスタンス】

- ・ 基本的な生活習慣をきちんと身につけさせる。
- ・ 運動機能が伸びる遊びを経験させる。
- ◎ 自分の意思でしようとすることを認める。
- ◎ 会話や質問にきちんとこたえる（面倒がらずに）。
- ・ あいさつを習慣づける。
- ・ けんかやトラブルの仲立ちとなる。
- ・ 遊びに必要な言葉を知らせる（入れて、貸して、ありがとう）。
- ・ 決まりを守れた時は、ほめる。
- ・ 絵本などをじっくりと読んであげる（読み聞かせ）。
- ・ 家族とは何か（親子のコミュニケーション、家族の絆、家族の大切さなど）を考える。



□に、チェックしていきましょう。

### 1 基本的な生活習慣が自立する。

- スプーンで食べる
- 箸で食べる
- 簡単な衣服の着脱ができる
- トイレで排泄する
- 手を洗う

### 2 自我が、更にはっきりとする。

◎ 興味・関心が移りやすく、友だちが変わったものを持っているとすぐ欲しがるので、「ひとり占めしない」、「借りるときはことわって借りる」ことを体験させる。

☆具体的には

- 何でも「自分で」とやりたがる。
- 自分の気持ち（やりたいこと・いやなこと など）思いを通したがる。
- 自己中心的になる。
- 自分の意思を、言葉でうまく伝えられず、ダダをこねたような行動が多くなる。
- 何かやるときに、「見て！見て！」とよく言う。

## Step 4 【3歳児の成長の様子：子育ての目安表】つづき

### 3 言葉が豊かになり、「なぜ」「どうして」などの質問が盛んになる。

☆具体的には

- 見たものに興味を持ち、それに名前がついていることを知り喜ぶ。
- これまで知らなかったことを安心できる大人に尋ね、興味をもったものを通して言葉や知識を増やしている。
- 一度言い出すと、後に引かないことがある。

### 4 あいさつができるようになる。

☆具体的には

- 「おはよう」「こんにちは」「さようなら」「いただきます」「ありがとう」などのあいさつを覚える。
- 相手から「おはよう」「さようなら」「こんにちは」などと、あいさつをされると返せるようになる。＊お家の人の明るいあいさつがよいお手本になります。

### 5 順番や決まりを守って遊ぶことができる。

☆具体的には

- 物を友達とわけあえる
- かわりばんこに遊べる。
- 順番を待つことを理解する。
- 友達とのかかわりが多くなる。

\*遊び道具をわけたり、交換しあって遊んだり体験させながら、物事の良し悪しをわからせていくことが必要です。

\*ごっこ遊びなどを行う中で、物の貸し借りや決まりを知り、それに従うことの大切さや楽しさを体験から学ばせる。

ライフサポートファイルより

子どもたちは、教えられたからといって、すぐにできるようにはなりません。焦らずに深呼吸してから、ゆっくり声をかけてあげましょう。いやいやの時期は、お家の人にとってもしんどい時期です。「どうしたらいいの？」そんな時、話を聞いてくれる人に出会えます。

「ちょっと辛いな」「困ったな…」と思ったら、お住まいの地域の子育てハンドブックを開いてみてくださいね。



## Step 5 【4歳児の成長の様子：子育ての目安表】

☆☆☆親が指導して基本的な生活習慣ができることが4歳☆☆☆

### 【親のスタンス】

- ◎基本的な生活習慣が身につくように生活のリズムをつくる。
- ◎しつけ（食事、排泄、話し言葉、聞き方、生活のルールなど）
  - \*生活のルールや決まりの大切さを教える。
  - \*規範意識をそだてる。
  - \*競争したり、けんかをしたりする中で、不安や葛藤を理解し気持ちを共感する。
  - \*我慢できた時には認める。
- ◎子どもとのふれあい
  - \*子どもの話をじっくりと聞く。
  - \*自己を十分発揮することと、協力することを経験させる。
- ・家族とは何か（親子のコミュニケーション、家族の絆、家族の大切さなど）を考える。



□に、チェックしていきましょう。

### 1 基本的な生活習慣

- 返事ができる
- あいさつができる
- 身の回りの始末ができる
- 一人で排泄ができる
- 一人でこぼさず食べる
- 嫌いなものも食べる

### 2 全身のバランスがとれるようになり、運動が活発になる

- スキップ
- 片足とび
- その他（ )

### 3 創造力が豊かになる

- 作る
- 描く
- ハサミを使う
- その他（ )



## Step 5 【4歳児の成長の様子：子育ての目安表】つづき

### 4 想像力が広がり、イメージを膨らませて遊ぶ

- 絵本や童話の世界      ままごとや〇〇ごっこ遊び
- その他（                      ）

### 5 小集団の決まりを守ろうとする

- 友だちとの関係              遊びのルール              順番、交代 など
- その他（                      ）

### 6 自己主張をしながら、他者との関わりの中で我慢できるようになる(葛藤の経験)。

☆具体的には

- 自分の思いを通したいところだが、友だちの気持ちもわかると、我慢したり、譲ってあげることができるようになる。
- 友だちと順番にもものを使ったり、役割を演じながら遊べるようになる。
- 物の貸し借りができるようになる。
- 順番を待つことができる。
- 苦手、経験のないことへもチャレンジしようとする。

\*いざこざが生じたときは、よく話を聞き、納得するように話しましょう。

ライフサポートファイルより  
生活の幅が広がり、集団生活の中で日々新しい経験をしながら成長する時期です。元気に登園するためにも、生活リズムに気をつけましょう。

お友達とのトラブルやきょうだいケンカも、大切な成長の糧です。日頃身近に接している担任の先生や園長先生との話し合いを大切に、子ども気持ちや個性についての理解を深めていきましょう。気持ちの切り替えなどに効果的な声かけや、対応の工夫をして成長を支えていきましょう。





## Step 6 【5歳児の成長の様子：子育ての目安表】つづき

### 5 言葉で自分の思いや考えを伝え、相手の話も聞ける

☆具体的には、

- 話し合いができるようになる。
- 相手の気持ちを受け入れられるようになる。
- 内容を順序よく話すことができるようになる。
- 自分たちで解決しようとする。
- 人の話を聞こうとする。
- 共通のイメージを出し合い、遊びを進めていけるようになる。

### 6 仲間の一員として自覚し、自信や信頼感が生まれる

☆具体的には、

- グループ内で協力することができるようになる。
- 他人の役に立つことにうれしさを感じるようになる。
- 仲間の物を使う場合、承諾を得てから使うようになる。
- 集団遊びを好んでやるようになり、仲間のよさがわかるようになる。
- 集団遊びで自分の役割や約束を決めるようになる。
- みんなと同じ活動に参加する。

ライフサポートファイルより

この時期の子どもの様子をみていると、実にユニークな個性を発揮していることがわかります。身体の使い方、コミュニケーションの力、気持ちの動き…ひとりひとり違います。他のお子さんとの違いに戸惑うことや、周囲から相談を勧められることもあるかもしれません。そんな時は、どうかひとりで悩まないで…。かかりつけのお医者さんや、自治体の子育て相談の窓口をサポートファイルを片手に相談にいらっしやいませんか？

子どもたちのよき理解者と出会えることを願っています。



## Step7 【6歳児の成長の様子：子育ての目安表】

☆☆☆ 集団生活に順応できるのが6歳 ☆☆☆

### 〔親のスタンス〕

- ◎子どもの成長を確認する。子どもを理解する。
- ◎子どもの力を信じて、ほめたり、励ましたりする。
  - ・規則正しい生活習慣（早寝・早起き・朝ごはん、生活のリズムなど）を確認する。
  - ・規範意識を育てる。
  - ・地域、保護者会などでの親同士のコミュニケーションづくりを行う。
- ◎年中行事、地域行事を大切にした家庭づくりを行う。
  - ・就学に向けて、健康チェックをする。
  - ・家族とは何か（親子のコミュニケーション、家族の絆、家族の大切さなど）を考える。



□に、チェックしていきましょう。

### 1 基本的な生活習慣(就学に向けて)

- 名前が言える 名前が書ける あいさつができる 我慢ができる

### 2 意欲・自信を持って行動する

☆具体的には、

- 当番活動など、他の友だちのために頑張ろうとする。
- 得意なことを皆の前でやってみせる。
- 簡単な伝言ができるようになる。
- 小さな子の面倒をみようとする。
- 行事に進んで参加しようとする。
- 一度経験した遊びや行事を楽しみにし、自信をもって取り組む。

### 3 集団遊びが活発になり、役割分担もできる

☆具体的には、

- 集団ゲームなどに喜んで参加する。
- 話し合いで役割を決めようとする。
- 大人がいなくても簡単な集団遊びが持続できる。
- 問題を自分で解決しようとする。
- みんなでさまざまな決め事をし、それを守って遊ぼうとする。  
(遊びのルール、順番など)。
- 集団遊びの楽しさがわかる。

## Step7 【6歳児の成長の様子：子育ての目安表】つづき

### 4 自主性と協調性が育つ

☆具体的には、

- したいことや、すべきことなどを自分で考えるようになる。
- 自分の主張を一步譲り、友だちの意見を取り入れようとする。
- 自分と同じことをしても、仲間はいろいろな考え方をしていることに気づくようになる。
- 集団で共通の目的を持って遊ぼうとする。

### 5 社会や自然への認識が高まる

☆具体的には、

- 地域・年中行事や社会の出来事に興味を持つ。
- 動植物や自然現象（空・地球・宇宙など）に興味を持ち、質問したり、本や図鑑で物事を調べたりする。
- テレビや新聞のニュース、大人の会話などに関心を持ち、友だち同士で話題にしたりする。
- 季節の移り変わりがわかる（寒い、涼しい、暑いなど）。

### 6 ことば・文字・数字に興味を持ち、読んだり、書いたりする

☆具体的には、

- 絵本を読む。
- 名前や簡単なものの名前を読んだり、書いたりする。
- 遊び（しりとりなど）を通して、簡単な文字や数字に興味をもつ。
- 仲間同士で作業を楽しむ（絵本を読む、紙芝居をつくるなど）。

### 7 就学への意欲や小学校生活への期待を持つ

☆具体的には、

- 入学を楽しみに待つ。
- 友だちとの会話のなかで、小学校の話が多くなる。
- 卒園式の練習を通して、小学校への期待が感じられる。



ライフサポートファイルより  
生まれたときは小さな赤ちゃんだったのに、いつのまにかこんなに大きくなりました。もうすぐ学校生活が始まると思うと、わくわくとドキドキでいっぱいになりますね。登下校のこと、お勉強のこと、集団生活のこと、放課後の過ごし方…心配なことはありませんか？気がかりなことがある方や、相談を勧められた方は、学校で受けられる支援についての情報や、必要な配慮について話し合っておくと安心です。就学の相談の時に、ぜひライフサポートファイルを活用してください。

記入日 年 月 日 記入者 \_\_\_\_\_

## < こんなこと、気になりませんか？ >

### ◎『見え方』に関すること

- ・極端に近づいてテレビを見ようとする。
- ・目の前にある物に目を向けたり、目で追ったりしない。
- ・太陽の光を極端にまぶしがる。
- ・暗いところや初めての場所で、行動がとても慎重になる。
- ・つまずいたり転んだりすることが多い。
- ・教科書程度の大きさの文字が見えにくい。
- ・音読のときに、文字や行をとばして読んでしまう。

### ◎『聞こえ方』に関すること

- ・大きな物音や騒音にびっくりしない。
- ・人の声(特に小声やささやく声)に反応しない。
- ・音の出るおもちゃに反応しない。
- ・名前を呼ばれても返事をしない(振り向かない)。
- ・テレビの音を大きくして見ている。
- ・声が大きい。
- ・聞き返しが多い。
- ・発音が不明瞭である。
- ・ことばが遅い。

### ◎『からだ』に関すること

- ・1歳を過ぎてても、ハイハイやつかまり立ちをしない。
- ・段差や階段があると、とても慎重に歩く。
- ・つまずいたり転んだりすることが多い。
- ・すぐに座りたがる。
- ・頬杖をついたり、肘をついたりして座っている。
- ・背もたれに寄りかかって座っている。
- ・立っているときに、何かにすぐ寄りかかりたがる。
- ・まっすぐに走れない。
- ・力の調整が苦手で極端に不器用である。

### ◎『ことば』に関すること

- ・話せることばの数が少ない。
- ・2歳を過ぎてても言葉が出ない。
- ・発音に誤りが見られる。
- ・(例) ①違う音に置き換えてしまうもの ⇒ 「さかな」を「たかな」、「つみき」を「ちゅみき」
- ②子音を省略してしまうもの ⇒ 「らっぱ」を「あっぱ」、「てれび」を「てえび」
- ③不明瞭でひずんだ感じに聞こえるもの ⇒ 「りんご」を「ぎんご」、「いち」を「いき」
- ・ことばが円滑に出ない。
- ・(例) 話すときに、「ぼ、ぼ、ぼくは…」と同じ言葉を繰り返したり、「ぼーくは」と引き伸ばしたり、「…ぼくは」とつまったりする。
- ・言いたいことがうまく言えない。
- ・ことばが繋がらない。

### ◎その他発達全般に関すること

- ・友達と遊べない、一人遊びを好む。
- ・夢中になりすぎて終わりにできない。
- ・一方的に話し続ける。
- ・簡単な指示の理解が難しい。
- ・2歳を過ぎてても指さしをしない。
- ・あまり笑わない。
- ・汚れる、濡れることを極端に嫌がる。
- ・光やにおいに敏感である。
- ・大きな音(運動会のピストル、花火等)を必要以上に怖がる。
- ・思いがけないことや気に入らないことがあるとパニックになる。
- ・集団での活動に入りたがらない。
- ・順番を待てない。
- ・よく走り回ったり、高いところに登ったりする。
- ・忘れ物や物をなくすことが多い。
- ・人の顔を見ない、目が合わない
- ・こだわりが強い。
- ・初めての場所や遊びを嫌がる。
- ・極端な偏食がある。

お子さんの育ちには個人差があります。気になることがあれば、お気軽にお住まいの地域の役所の子育て支援窓口や、お子さんが通っている学校(保育所・幼稚園・こども園)までご相談ください。