

幼児期は、特に、発達に個人差が大きい時期です。このリーフレットは、平均的な発達の目安としてご参考にしてください。月齢相応の行動が十分に芽生えていない場合には、それらを引き出すような遊びを工夫したり、お子さんがいろいろな経験ができる機会を持ちましょう。

お子さんの人と関わる力やコミュニケーションの力の芽生えが、月齢相応に見られない、あるいは弱いと思われるなど、お子さんの発達に気がかりがおありの場合には、かかりつけのお医者さんや、お近くの保健所、児童相談所、療育センターなどの専門機関にご相談ください。幼児期は、特に発達の個人差が大きい時期ですので、お子さん一人ひとりにあった子育てのアドバイスをもらうようにしましょう。

お住まいの地域の専門機関は以下URLから探せます。

保健所

<http://www.phcd.jp/Hclist/Hclist-top.html>

児童相談所

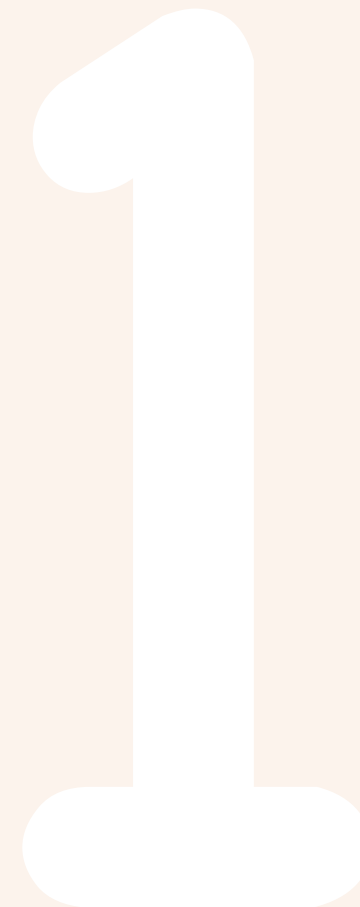
<http://www.mhlw.go.jp/support/jidousoudan/index.html>

制作

(独)国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所
児童・思春期精神保健研究部

このリーフレットは、科学技術振興機構(社会技術研究開発事業脳科学と教育(タイプII))「社会性の発達メカニズムの解明(研究代表者:神尾陽子)」(平成16-21年度)の研究助成を受けて行われた実証的な研究成果に基づいて作成しています。

1歳を迎えるお子さんをもつ
保護者の方へ



これは、1歳前後に、お子さんの人と関わる力やコミュニケーションの力がどのように芽生えていくかを見守っていただくためのリーフレットです。

もうすぐお子さんの1歳のお誕生日ですね。おめでとうございます。お子さんの中には、おしゃべりしている方もいらっしゃるでしょうし、これからおしゃべりするようになる方もいらっしゃるでしょう。お子さんは、おしゃべりするようになるずっと前から、人と関わる力やコミュニケーションの力を、日々育んできています。この時期のお子さんは、視線や声、微笑みや身振りなど、ことば以外の表現方法を精一杯使って、あなたとコミュニケーションしようとしてくるでしょう。これらの行動の芽生えが、その後の対人関係やコミュニケーションの基礎となっていくのです。

0歳後半

大人とのやりとり遊びを一緒に楽しむことができます。

- 目が合う
- 身体を揺らすと喜ぶ
- イナイイナイバーを喜ぶ
- 微笑みかけると微笑み返す
- 名前を呼ぶと反応する
- 他の子どもに興味を示す

● ワンポイントアドバイス

イナイイナイバーや、身体を大きく揺らすなど、身体を使った遊びを、微笑みながら目を合わせて、一緒に楽しみましょう。

11か月～12か月

お子さん自ら様々なやり方で大人に自分の意思を伝えようとしてくるようになってきます。

- 大人の注意をさかんにひこうとする
- 大人の真似をする
- 大人が指さしたものを見る
- 欲しいものを指さして伝える
- 興味があるものを指さして伝える



● ワンポイントアドバイス

遊びの中で、大人がお子さんの真似をしたり、お子さんが大人の真似をしたくなるような関わりをしてみましょう。お子さんは、喜んでもっとやってほしいと要求してくるでしょう。

また、お子さんが欲しがったり、興味を示しているものを見つけたら、一緒に指さしをして、顔を見ながら優しく言葉をかけてあげてください。お子さんは、いろいろなものを指さして、もっと伝えようとしてくるでしょう。

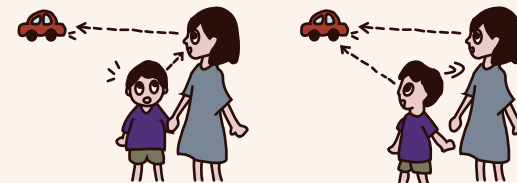
15か月～17か月

コミュニケーションの表現方法がますます複雑になってきます。

- 興味があるものを見せに持ってくる



- 大人の視線を追って、大人が見ているものを見る



- いつもと違うことがあると、親の顔を確認する



● ワンポイントアドバイス

お子さんの人と関わる力やコミュニケーションの力は、日々の経験の中で育ちます。ご家庭や地域の実情に合わせて、児童館など同年齢のお子さんと遊べる場所に出かけましょう。ご家庭にはないような遊具で遊んだり、同年齢のお子さんに関わったりするなど、いろいろな経験ができる機会を持ちましょう。

みてみて☆1歳6か月児 ～子どもの心と体を育てよう～

☆この時期のお子さんの特徴☆

- ・興味が広がり、気になるものや欲しいものなど、指をさして教えてくれます。
- ・人に関わることが活発になり、やりとりを楽しむことが増えます。
- ・物の名前を理解し、ことばを話すようになります。

○運動

- ・物を持って歩いたり、しゃがんだり、障害物を避けて歩きます。



○遊び

- ・おもちゃのシャベル・コップ・包丁など道具を使って遊びます。
- ・電話をする「ふり」などをして遊びます。
- ・大人とのやりとりを楽しむようになります。



○ことば

- ・名前を呼ぶと振り向きます。
- ・「持ってきて」など大人の言うことを理解し行動します。
- ・身の回りの物や、好きなキャラクターなどの名前が分かります。
- ・「ワンワン」「ブーブー」「チャーチャ」などのことばを話します。

☆こんな遊びが楽しめます☆

○体を使った遊び



○ごっこ遊び（ふり遊びっこ）、指先を使う遊び



○ことば、関わり



☆ワンポイントアドバイス☆

人とのやりとりの中で、コミュニケーションが豊かになり、ことばの理解・発語が広がります。

特にこんな場面では、子どもの興味や気持ちを感じ、優しく共感した関わりが大切です。

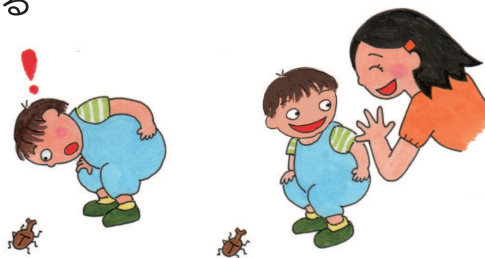
○ 興味のあるものを指さして伝える



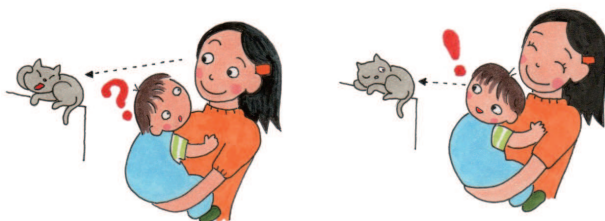
○ 興味のあるものを持ってくる



○ 興味のあるものを目で伝える



○ 大人の視線を追う



* 視線だけでもコミュニケーションができます。

☆このような時は相談しましょう☆

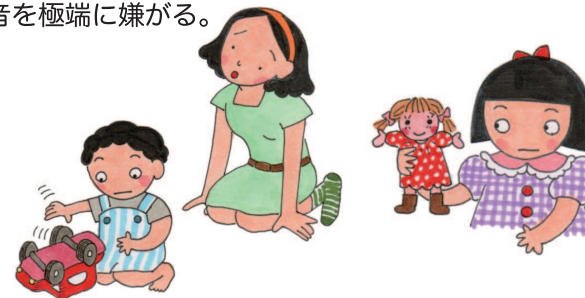
○ 運動

- ・片手を持っても階段がのぼれない。
- ・親を振り返らず一人でどんどん行ってしまう。
- ・コップを持って飲めない。



○ 遊び

- ・1人遊びが多く、手がかからない。
- ・食べ物でない物をなめることが好き。
- ・回るものや光るものを見る。おもちゃを横目でみるなど、見え方を楽しむことが多い。
- ・次々とほかのおもちゃへ興味に移る。同じもので遊び続け、遊びが広がらない。
- ・何でもないような音を極端に嫌がる。



○ 人とのやりとり

- ・視線が合わない。
- ・名前を呼んでも振り向かない。
- ・周りの人の真似をしない。
- ・バイバイができない。
- ・指さしをしない。



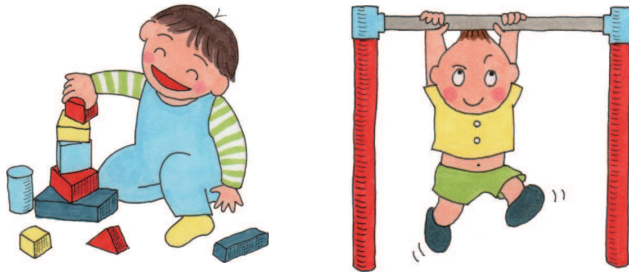
イヤイヤ☆2歳児 ～子どもの心と体を育てよう～

☆この時期のお子さんの特徴☆

- ・「イヤイヤ」など自己主張が強くなります。
- ・着替えや食事など自分でしたがります。
- ・「ワンワン イタ」「ブーブー キタ」などの2語文を話すようになります。

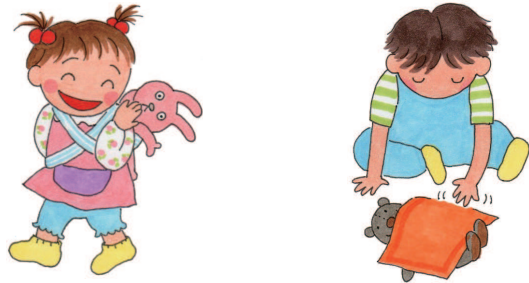
○運動

- ・音楽に合わせて体を動かします。
- ・ボールをける、ぶらさがるなど全身を使った遊びが活発になります。
- ・積み木を高く積んだり、シール遊びなど指先を使った遊びをします。



○遊び

- ・ままごとや人形遊びなど、道具を使って、一人遊びや、やりとり遊びが広がります。



○ことば

- ・「ワンワン イタ」「チャーチャ ノム」など物の名前以外に動詞が使えるようになります。
- ・「なあに？」と質問することが多くなります。
- ・部分的に歌を歌います。

☆こんな遊びでやりとりが楽しめます☆

○体を使った遊び



○ごっこ遊び、指先を使う遊び



○ことば、関わり



☆ワンポイントアドバイス☆

個人差がありますが、2歳から3歳頃は「イヤ・イヤ」を連発するなど第一次反抗期がみられます。また、かんしゃくを起こしやすく、お母さんもお父さんも関わりにくさを感じます。

ですが、これは発達過程でみられることでとても大切なことです。



○「イヤ イヤ」反抗期への対応

感情的に子どもに向き合うのではなく、「どっちにする?」と子どもに選ばせたり、「お茶 飲もっか」と目先を変えて対応するのも効果的です。



○かんしゃくへの対応

「自分でする」「1人でする」でもまだ上手くできないので、かんしゃくをおこします。叱らずに、やりたい気持ちを大切に、出来たことをほめましょう。このためには、親御さんにゆとりが必要ですので、家族に協力してもらうことも大切です。



*「もう一回つくろうか」と気持ちにより添います

*気持ちを代弁してあげましょう

☆このような時は相談しましょう☆

○運動

- ・手すりを使っても階段の登り降りが苦手。
- ・両足ジャンプができない。
- ・ストローを使って飲めない。

○遊び

- ・他の子どもの遊びに興味がない。
- ・人形遊び、ままごとなどのごっこ遊びをしない。
- ・一人遊びが多い。
- ・何でもないような音を極端に嫌がる。手が汚れることを極端に嫌う。



○人とのやりとり

- ・親の怒った顔や笑った顔にあまり反応しない。
- ・迷子になる。



わんぱく☆3歳児 ~子どもの心と体を育てよう~

☆この時期のお子さんの特徴☆

- ・自己主張が強くなります。
- ・ことば、運動能力、食事、排せつ、着替えなどの生活習慣が目覚ましく向上します。

○運動

- ・片足ケンケンが楽しめます。
- ・ブランコ遊びや平均台の上を歩くなど、バランス遊びができます。



○遊び

- ・鉛筆を持って丸を描いたり、ハサミやノリなどを使って工作を楽しみます。
- ・ごっこ遊びが盛んになり、友達と遊びます。



○ことば

- ・ことばでのコミュニケーション（やりとり）が出来るようになります。
- ・姓名、性別、年齢が言えるようになります。
- ・絵本のストーリーが理解できつつあります。

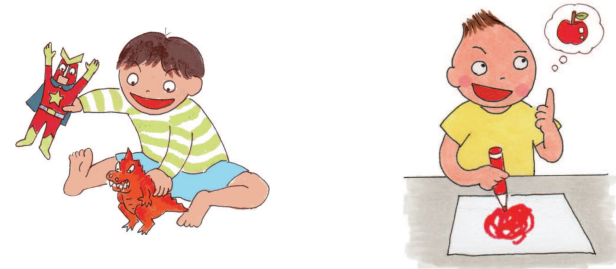


☆こんな遊びが楽しめます☆

○体を使った遊び



○ごっこ遊び、指先を使う遊び



○ことば、関わり



☆ワンポイントアドバイス☆

○「なぜ・どうして・なんで」への対応

しつこいほどの質問せめは成長のあかしです。
子どもと一緒に考えるいい機会にしましょう。

親はイライラしやすい時期です。自己主張が強く言うことを聞かない。
食事や片づけなど身の回りの世話はもううんざり・・・、そんな時はつい
大声で叱ってしまいますが、子どもはかえって言うことを聞かなくなります。

怒る前に、まず親御さん自身が一息ついてから子どもと向き合しましょう。



部屋を出る



深呼吸



水を飲む

○声掛けを工夫しましょう CCQが効果的です

Calm：穏やかな気持ちで、子どもの目を見て話しかけましょう
(カーム) 目線が合っているとお互い表情がわかり、ことばも入りやすいです。

Close：もう少し近づいて、子どもと同じ目線の高さで話しましょう
(クローズ) 落ち着いて話せる場所を選びましょう。気が散るところでは伝わりません。

Quiet：静かな声で、いけないことは毅然と、ほめる時には優しく。
(クワイエット) 「〇〇したかったのね」と共感的態度で接しましょう。



☆このような時は相談しましょう☆

○運動

- ・転びやすい。
- ・ジャンプや段差を飛び降りることが出来ない。

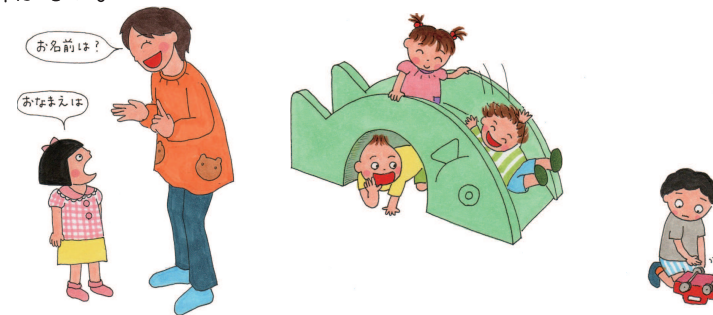
○遊び

- ・一人遊びが多い。ごっこ遊びに興味がない。
- ・こだわりが強く決まった遊びしかしない。
- ・ふいに飛び出して、その場からいなくなる。
- ・無謀な事を平気でする。



○人とのやりとり

- ・視線があわない。自分の名前が言えない。
- ・会話が成立しない。
- ・周囲に興味がない。



子どもに必要な基本運動

