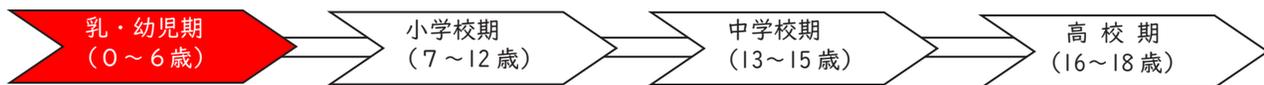


3 こどもの成長「この時期は・・・」



(1) 乳・幼児前期 (0~3歳) 〈胎児期も含めて〉

乳・幼児前期の保護者に向けて応援メッセージ

親（保護者）だけで、赤ちゃんの要望を全てかなえるのはとても大変です。周囲のお手伝いをもらいながら、ストレス発散やリラックスできる時間を確保できるといいですね。周囲に手伝ってくれる人がいない方は、「6 保護者の学ぶ場」をご覧ください。

子育て・家庭教育は、胎児期から始まっています。この時期は、家族のふれあいを通して、愛情に支えられた豊かな人間性・社会性を育むことが大切です。

安心できる親子関係の構築

- 無条件に自分を愛し保護する存在として、親を信頼する。
- 周囲への好奇心が芽生える。
- 少しずつ親から離れ、他者と関わる。
- 基本的生活習慣の基礎が身に付く。

保護者の関わりは？

- ☆ 妊娠中は、お腹をさわりながら赤ちゃんに話しかけるのもオススメです。
- ☆ 1歳くらいまでは、赤ちゃんの望んだことはすべてかなえてあげても、それは甘やかすことにはなりません。
 - ・ 十分なスキンシップ（おんぶ、抱っこ、頬ずり等）を取りましょう。
 - ・ 親（保護者）が、こどもの顔を見て温かく見守りましょう。
- ☆ 身の回りのことをこども自身がやり遂げることができる実感を体得させましょう。
 - ・ 生活リズム（早寝早起き朝ごはん）をつくり、体を動かしましょう。
 - ・ 一人でトイレができるようにしましょう。
 - ・ 上手に叱り、具体的にほめましょう。
- ☆ 親（保護者）としてこどもと一緒に育っていきましょう。
 - ・ ゆったりとした気持ちで、スキンシップを十分とり乳幼児期の子育てを楽しみましょう。
 - ・ 市町村での健康診査を必ず受診し、医師・保健師・助産師さんなどに相談しましょう。（1歳6か月児，3歳児健診は必ず受診を）
- ☆ 2歳までは、スマホ・ネット等はできるだけ控えましょう。
 - ・ 目の発達に配慮し、1回の視聴時間はできるだけ短くすることをオススメします。

（※ ベネッセ教育総合研究所サイト「小さな子どもとメディアより」を参考）