

★ ちいさなギモン???

気軽に相談してください!

こんなこと・・・相談してもいいのかな?と思ったら、小さな気づきや小さな疑問でも、一人で悩まずに相談してください。「ちょっと気になる」をまずは身近な乳幼児相談窓口、保育所、幼稚園に相談してみましょう。



保育所、幼稚園など集団活動の中では、家では見せないお子さんの様子が見られることがあります。先生方に保育所、幼稚園での様子を聞くことはとても大切です。相談することで考えを整理したり、解決の糸口を一緒に見つけましょう。

その他にも、いろんな機関があなたの子育てを応援しています。

★ 子育てについての相談窓口はコチラ

私たちが応援します!
子育てについて一緒に考えましょう。

☆発達や子育てに悩んだら...

・砺波市健康センター	(0763) 32-7062
・砺波市こども課	(0763) 33-1111
・小矢部市健康福祉課	(0766) 67-8606
・小矢部市社会福祉課	(0766) 67-8601
・南砺市保健センター	(0763) 52-1767
・南砺市こども課	(0763) 23-2010
・富山県砺波厚生センター	(0763) 22-3512
・富山県砺波厚生センター(小矢部支所)	(0766) 67-1070
・富山県高岡児童相談所	(0766) 21-2124
・富山県立砺波学園	(0763) 37-0157

☆教育・就学に関する相談は?

・富山県立となみ総合支援学校 地域支援部	(0763) 52-4520
・富山県立となみ東支援学校 地域支援部	(0763) 37-1553
・砺波市教育委員会	(0763) 82-1903
・小矢部市教育委員会	(0766) 67-1760
・南砺市教育委員会	(0763) 23-2012

☆砺波圏域の相談支援は?

・砺波広域圏わらび学園	(0763) 22-6055
・障がい者サポートセンターきらり	(0763) 33-1552

☆発達に関する専門機関は?

・富山県発達障害者支援センターあおぞら	(076) 438-8415
・発達障害者支援センターありそ	(076) 436-7255
・高岡市きずな学園	(0766) 21-3615

おかあさんの笑顔とお子さんの笑顔はつながっています

発行 砺波地域障害者自立支援協議会 障害児部会
監修 谷野呉山病院 児童精神科医 谷口茂樹
協力 富山大学 芸術文化学部 河原研究室

子育て中「困った」や「気になる」をお持ちのあなたへ

子育て応援ナビ

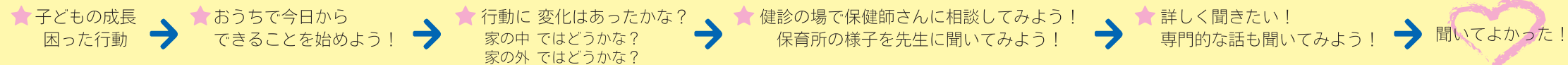
みんなで育てよう となみ野っ子

こどもは大切なたからもの



気になる行動に今日から出来る

子育てワンポイントアドバイス



☆子育てのちいさなギモン^{???}ありませんか？

いつも明るくて元気いっぱい！！
とにかくからだを動かしていろんな遊びをします。

だけど・・・こんなことありませんか？

- ・ひとつの遊びに集中できない
- ・カッとしやすく興奮しやすい
- ・人の話に割り込んでしゃべる
- ・活動中ボーッとしていることが多い

聞いてほしいんだけど聞かれないかな。



スーパーへ行ったときは私と離れないで歩いて欲しいんだけど。

興味のある事はとことん追究！
好きなことには長時間集中して取り組んでいます。

だけど・・・こんなことありませんか？

- ・急な予定変更が受け入れられずパニックになる
- ・会話にならず、ひたすら一方的にしゃべる
- ・一人遊びが多く、お友達と遊べない
- ・視線が合いにくい

私の言うことも聞いてほしいんだけど。



お友達がたくさんできるの嬉しいのにな。

いつもニコニコ！
人なつっこくて誰とでも仲よくなります。

だけど・・・こんなことありませんか？

- ・わざと人の嫌がることをする
- ・夜泣きがひどい、寝つきが悪い
- ・上手に甘えることができない、またはよく知らない人でも過度になつく

知らない人についていけないうる心配になります・・・。



笑顔が可愛くいつもおだやかで
人に遊んでもらうことが大好き！

だけど・・・こんなことありませんか？

- ・どれだけ教えてもなかなか生活習慣が身に付かない
- ・文字や数に興味を持たず、なかなか覚えられない
- ・からだの動きがぎこちない
- ・ことばの成長がゆっくり

いつになったらたくさんおしゃべりしてくれるのかな？



着替えや食事、教えたとおのりやっつけてくれるの？

☆今日からできる大切なこと

○生活リズムを整えましょう

夜型の生活では成長に必要なホルモンが十分に分泌されず、日中元気に活動できなかつたり、イライラしやすかつたりします。夜9時までには布団に入りましょう。

○ほめる子育てをしましょう

叱られてばかりだと自信をなくしてますます出来なくなります。『出来てあたりまえ』と思わずに小さなことからほめるようにしているとお子さんの行動が変わってきます。

NG

「みんな座って待つのがに5分でどこかへ行ってしまった・・・」

OK

「今日は5分も座つとれた！頑張ったね。」

「よくできたね」「うれしいな」「すてきだね」などのことばでお子さんのやる気を育てましょう。

○伝え方を工夫しましょう

伝えたいことは短く具体的に。話をする時は穏やかに静かな環境の中で。言葉だけで動かそうとせずに手を添えてあげると、お子さんにとって分かりやすく、望ましい行動につながります。

NG

「ちゃんと片付けられ。」
「しっかり」「さっさと」「ほら、それ」

OK

「この箱の中に入れてね。」
お母さんが入れて見せる
お母さんと一緒にやってみる

『ピーマンことば』（言葉の中に具体的な内容がない）はNG。言葉の中に「してほしい行動」を具体的に伝えましょう。

「お子さんによって好きなことや得意なことは違います。」

いいところをたくさんみつけてお子さん自身が喜びと自信をもつことが大切です。