

なにわっ子 わくわく未来 プログラム

(就学前児童の健全育成に向けたプログラム)



大阪市
平成21年3月

『なにわっ子わくわく未来プログラム』 ～目次～

「なにわっ子わくわく未来プログラム」策定にあたって

はじめに	3
1 就学前児童健全育成が求められる背景と課題	4
2 市内の就学前児童の状況	8

就学前にはぐくみたい「生きる力の基礎」

1 こどもにはぐくみたい5つの力	21
2 保護者の方に伝えたいメッセージ	34

「生きる力の基礎をはぐくむ」具体的プログラム

具体的プログラムの概要	45
-------------	----

（養育者との愛着形成）

・親子・ともだちと一緒に楽しむ「ふれあい遊び」の紹介	49
・こどもと楽しむ「あかちゃん体操・マッサージ」	77
・「ハグしちゃおう!」「ふれあいタイム」プログラム	89

（基本的生活習慣の育成）

・親子でつける生活カレンダー	98
・こちよい眠りへの7つの試み	103

（食）

・大地のめぐみ食育プログラム	110
・いそがしい朝の朝食レシピ	128
・こどもとできるクッキングメニュー	134
（参考資料）こどもの体調に合わせた食事	139

（絵本）

・絵本へのいざないプログラム	143
・イメージを広げる絵本の読み聞かせ	147
・言葉を育てる絵本の読み聞かせからオリジナル絵本へ	152
（参考資料）絵本の読み聞かせの基本と年齢に応じた絵本の紹介	158

（集団遊び）

・みんなで遊ぼう！伝承遊びを中心に	167
・四季を感じる季節行事	182

（表現とコミュニケーション）

・演劇の手法を活用した表現とコミュニケーションワークショップ	190
--------------------------------	-----

資 料

1 策定経過	203
2 大阪市就学前児童健全育成プログラム策定委員会議委員名簿	205

本プログラムには、別冊の資料編があります。本編とあわせて活用してください。

「なにわっ子わくわく未来プログラム」資料編の内容

試行事業・フィールドワークの実践報告

平成 19 年度

保育所・幼稚園等における実践プログラムの試行について

- ・ふれあい遊び
- ・調理体験

平成 20 年度

保育所・幼稚園等におけるフィールドワークについて

実践方法と実施機関等一覧

NPO法人大学コンソーシアム大阪からの報告書より

- ・養育者との愛着形成
- ・生活リズム（基本的な生活習慣の育成）

- ・食
- ・絵本
- ・集団遊び

演劇ワークショップ実施機関の振り返りより

- ・表現とコミュニケーション

就学前児童生活実態アンケート調査の結果報告

平成 19 年度大阪市就学前児童生活実態アンケート調査結果報告

**「なにわっ子わくわく未来プログラム」
策定にあたって**

「なにわっ子わくわく未来プログラム」策定にあたって

はじめに

全ての子どもたちは大きな可能性をもっており、そのすこやかな成長を支え、未来の担い手としてはばたいていける力をはぐくんでいくことは、一人一人の自己実現と社会の持続的な発展のために不可欠な営みです。

一方で、子どもたちの育ちは社会全体の環境の中で大きく影響を受けます。子どもたちを取り巻く環境の変化が激しければ激しいほど、子どもの育ちをめぐる課題も増大します。今日の社会の変化はかつてないほど激しくかつ広域化しています。

そうした中で、大阪市では、次代の大阪を担う子どもや青少年が個性と創造性を発揮していきいきと生きる社会、子どもを生み育てることに安心と喜びを感じることのできる社会をつくることを目標として、生まれる前から乳幼児期を経て青年期にいたる子どもの各成長期の特性を踏まえた施策を総合的に推進しています。

その早い段階での取り組みとして、人間形成の基礎をなす乳幼児期のすこやかな育ちがその後の成長の大切な基盤となることを踏まえ、就学前児童の健全育成にかかわる保育所、幼稚園、在宅子育て支援関係機関と、就学前の子どもを育てている家庭が手を携えて、大阪で生まれ育つ全ての子どもたちの生涯にわたる成長と自立の土台となる「生きる力の基礎」をはぐくむ上での視点と方法について、「なにわっ子わくわく未来プログラム」としてとりまとめました。

1 就学前児童健全育成が求められる背景と課題

就学前児童の健全育成を進めるにあたり、今日の子どもたちを取り巻く次のふたつの背景が注目されます。

子どもを取り巻く環境の変化

ひとつは、少子化、核家族化、地域環境の変化をはじめとする社会環境の変化と、それに伴う家庭や地域の子育て力・教育力の低下の中での子どもたちの育ちをめぐる課題です。

核家族化などの家庭環境の変化は、かつては世代間で伝えられてきた子育てのスキルや知恵が十分に受け継がれにくくなっていることによる育児不安や、大人を中心とした生活スタイルに子どもを必要以上に巻き込むなど子どもの育ちにとって適切とは言えないかわり方が増えてきた一因となっています。少子高齢化のもとでの地域社会の変化は、子どもたちが地域で異年齢の友達や多様な人とかかわる機会を少なくしています。身近なオープンスペースや自然とふれあう機会の減少や直接体験が減って仮想体験が増えてきたことなど都市環境や情報環境の変化も、子どもの成長にとって必ずしも好ましく作用しているとはいいがたい状況にあります。

これらの環境の変化から、子どもたちのすこやかな育ちの上でのさまざまな課題が生じており、この点について国においても「危惧される子どもの育ちの変化」として次の6点を指摘しています。

- ・ 基本的な生活習慣の欠如
- ・ コミュニケーション能力の不足
- ・ 自制心や規範意識の不足
- ・ 運動能力の低下
- ・ 小学校生活への不適応
- ・ 学びに対する意欲・関心の低下

(中央教育審議会答申「子どもを取り巻く環境の変化を踏まえた

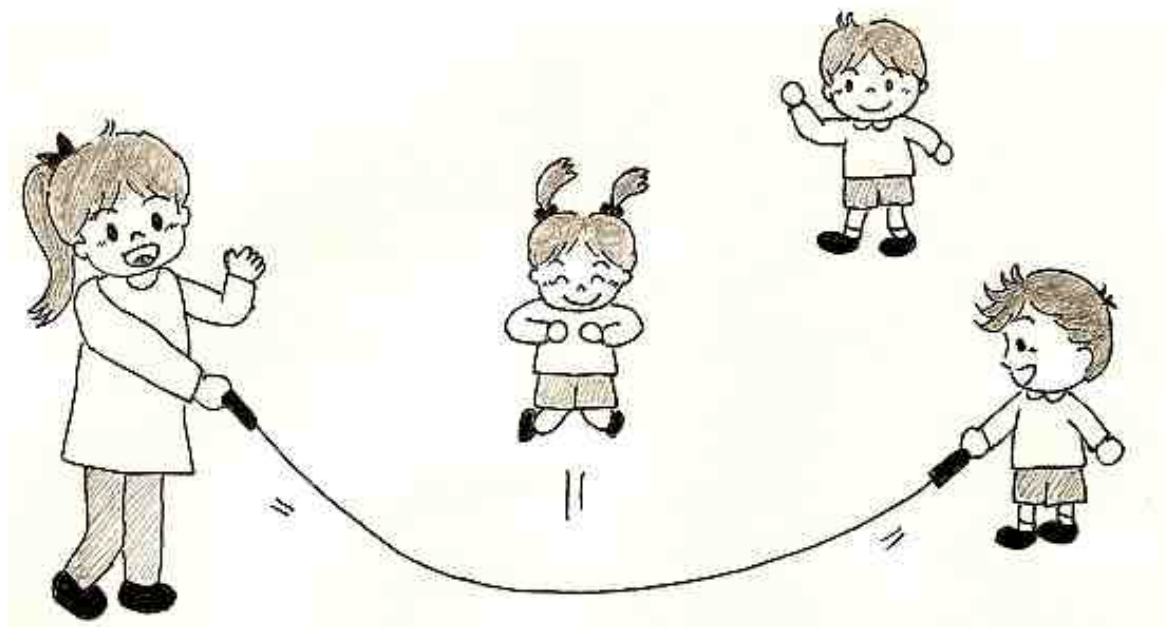
今後の幼児教育の在り方について」平成17年1月)

もちろん、今日の子どもたちは、一律にこうした否定的な側面ばかりではなく、一人一人の子どもたちは、素直であったり、発想がユニークであったり、元気でけなげな面をもつなど多様な個性をもっていることは言うまでもありません。しかし、育ちの上での全体的な傾向として上記の指摘がなされていることに対する対応は喫緊の課題です。

社会の新たな変化への対応

もうひとつの背景は、これからの社会では、グローバル化の一層の進展や、これまで以上に知識が社会・経済の発展基盤となっていくとされる中で、自分の思いをしっかりと主張しながら多様な他者と共存する力や、多様な体験を自分なりに意味付けて自ら学び、柔軟な応用力をもって行動していく力など、社会の新たな変化に主体的に対応していくために必要な力の基礎づくりがますます大切になりつつあることです。

これらのふたつの背景への対応は、前者がかつては保たれていた養育機能の再生にかかわるものであり、後者がこれからの社会への積極的な適応にかかわる側面をもっていますが、両者は決して切り離れているのではなく、一体的に取り組んでいくことが必要です。また、ともに就学前期だけで解決する課題でないことは言うまでもありませんが、生涯にわたる人間形成の基礎づくりの時期として、就学前期からこれらの課題を視野に入れて、こどもの発達過程に応じた取り組みを進めていくことが重要かつ効果的です。



就学前期のこどもの育成への注目の高まり

以上の背景のもとで、近年、全国レベルでも就学前期のこどもの育成への注目が高まっています。先にも引用した平成 17 年の中央教育審議会答申「子どもを取り巻く環境の変化を踏まえた今後の幼児教育の在り方について」では、保育所を含めた「幼稚園等施設」という表現を用いて、全ての幼児に対する幼児教育の機会の提供、発達や学びの連続性を踏まえた幼児教育の充実、幼稚園等施設による家庭や地域社会の教育力の再生・向上などを提案していました。平成 18 年の文部科学省「幼児教育振興アクションプログラム」では、目標の第 1 を「幼稚園と保育所の連携を一層促進するとともに、幼稚園と保育所とで区別なく、小学校就学前の子どもの育ちを支える体制を整備する」としています。

同じく平成 18 年に改正された教育基本法では、(幼児期の教育) という条文が新設され、「幼児期の教育は、生涯にわたる人格形成の基礎を培う重要なものである」と規定されました。同法の改正を受けた学校教育法の一部改正においても、幼稚園に関する条項が重視され、幼稚園が義務教育およびその後の教育の基礎を培うものとして明確に位置付けられました。

平成 20 年 3 月に告示され、21 年度から施行、適用される新しい幼稚園教育要領と保育所保育指針においては、ともに地域における子育て支援の一層の充実が求められているとともに、前者の幼稚園教育要領では、幼小の接続と連携の重視、食育を通じた望ましい食習慣の形成、協同的な経験やコミュニケーションにかかわる力をはぐくむことの重視など、保育内容面での加筆・強調と、預かり保育の適切な位置付けなどを織り込んでいます。

一方の保育所保育指針では、従来の通知から厚生労働大臣告示とされたことをはじめ、発達過程の把握による保育の実施、養護と教育の一体的な実施、健康と安全のための体制の充実、小学校との連携、保護者支援、保育の質の向上に向けた取り組みの強調など大幅な改訂が行われています。

さらに、平成 20 年 12 月に策定された「青少年育成施策大綱」においても、乳幼児期に「人間への基本的信頼と愛情を育てていく基礎となる親や特定少数の人との強い情愛的絆を形成するとともに、複数の人々との多様なかかわりを通じて認知や情緒を発達させ、人格を形成していくこと」が重要であるとし、子育て支援の充実と、多様な体験機会の提供などの幼児保育・教育の充実などを掲げています。

就学前児童健全育成の今日的な主要課題の解決に向けて

以上の背景と動向を念頭に置くとき、就学前児童健全育成の今日的な主要課題の焦点として次の3点が浮かびあがります。

就学前にはぐくみたい「生きる力の基礎」の育成
発達と学びの連続性を踏まえた学齢期への円滑な接続
家庭の子育て力、教育力の向上に向けた支援

本プログラムでは、 に関しては、「生きる力の基礎」として何をめざすのかについて、5つの切り口に沿ってそれぞれ乳児期、幼児前期、幼児後期の成長期ごとに「こどもの姿」「こどもへのかかわり」「(かかわりの)具体例」を示すとともに、 にかかわっては、どのような力を身に付けて学齢期を迎えることをめざすのかについて、「就学直前にめざす姿」を合わせて提示しています。 については、「保護者の方に伝えたいメッセージ」として、保育所、幼稚園、在宅子育て支援関係機関が就学前児童を育てている保護者を支援する際に留意してほしい視点を提示しています。(章)

また、これらの視点を踏まえた具体的な取り組みについて、機関や家庭で活用していただける「具体的プログラム」を掲載しています。(章)

今後、各現場での創意工夫を生かした活用を通して、実践から得られる知見などをフィードバックし、プログラムのより効果的な活用に向けた改善や、新たな知見などを加えた充実を図っていきます。



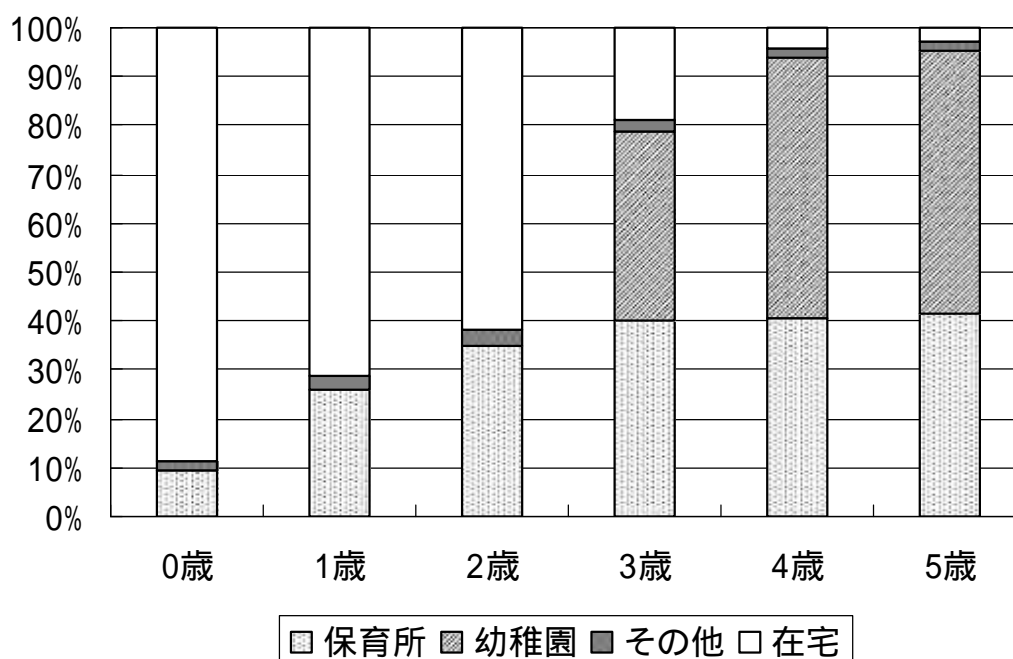
2 市内の就学前児童の状況

次に、大阪市内の就学前の子どもたちの状況について見ていきます。

年齢別、こどもの在宅数と保育所・幼稚園在籍数の状況

在宅で子育てされている子どもと保育所・幼稚園に在籍している子どもの比率をみると、平成20年度現在の市内就学前児童数約12万8千人のうち、0歳児では約9割、1歳児で7割以上、2歳児で6割以上が在宅で子育てされているのに対し、3歳児では約8割が保育所または幼稚園に在籍するようになり、4～5歳児ではそれらへの在籍比率が約9割5分に達しています。

幼稚園・保育所・在宅の年齢別比率（平成20年）



就学前児童健全育成にかかわる機関・施設の概要

市内の就学前児童健全育成にかかわる主な機関・施設について、認可保育所、幼稚園、在宅子育て支援関係機関および各区保健福祉センターの概要と平成 20 年 4 月現在の箇所数は次のとおりです。

機関・施設		箇所数	概要
保育所	公立	114	保護者の方のいずれもが、仕事や病気などのため、家庭で保育できない場合に、0 歳から小学校入学前のこどもの保育を行い、その健全な心身の発達を図ることを目的とする児童福祉施設である。
	公設置民営	21	
	私立	220	
幼稚園	公立	60	3 歳児から 5 歳児を対象として、集団生活を通してこどもたちが遊びや活動を創造し、互いの力を発揮するよう援助する幼児教育施設である。
	私立	145	
	国立	1	
子育ていろいろ相談センター		1	多様化する子育てニーズに対応するため、子育て相談、子育て支援講座の開催、子育て支援情報の提供、子育て支援ボランティアの養成などの事業を実施している。
保育所地域子育て支援センター		44	子育ての知識やノウハウを蓄積している保育所の機能・施設を活用し、育児に関する相談や情報提供などを行っている。また、こども同士の遊び場の提供や遊びの紹介などを通じて育児指導を行ったり、保護者の交流を促進している。
子ども・子育てプラザ		24	こどもたちと乳幼児のふれあい、地域の子育て仲間との交流の場所として、講座・イベントの開催など、子育て層を応援するとともに、さまざまな子育てに役立つ情報を提供している。
つどいの広場実施施設		32	主に乳幼児をもつ親とそのこどもが、気軽に交流できる場を提供し、ボランティアを活用しての育児相談や情報提供を行い、子育ての不安をやわらげ、安心して子育て・子育てができる環境を提供している。
各区保健福祉センター		24	母子保健関係事業、児童福祉関係事業、子育て支援室における子育てに関する総合的な相談援助などを実施している。

(休止中含む、 子ども・子育てプラザ含む)

これらの各機関・施設が、本プログラムの積極的な活用を通して、こどもをめぐる課題や「生きる力の基礎」育成の視点などについての認識を共有し、それぞれの役割と特性を生かした就学前児童健全育成の取り組みを進めていきます。

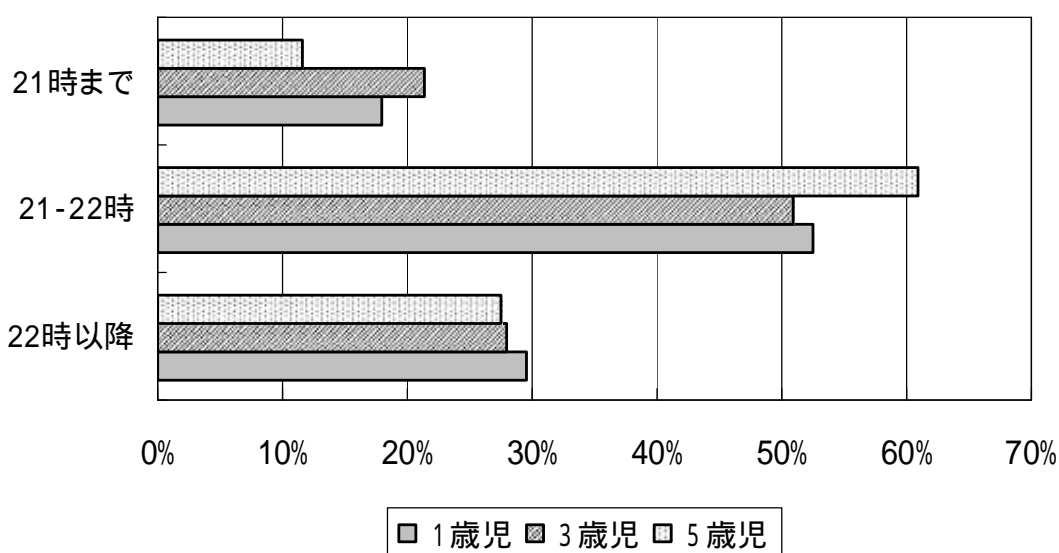
生活実態アンケートから見る大阪市内就学前児童の状況

平成 19 年 10 月から平成 20 年 1 月にかけて、市内の 1 歳児、3 歳児、5 歳児の保護者を対象に実施した就学前児童生活実態アンケートにより、市内の就学前児童の状況について、次の点が明らかになりました。(アンケート結果詳細は別冊資料編に収録)

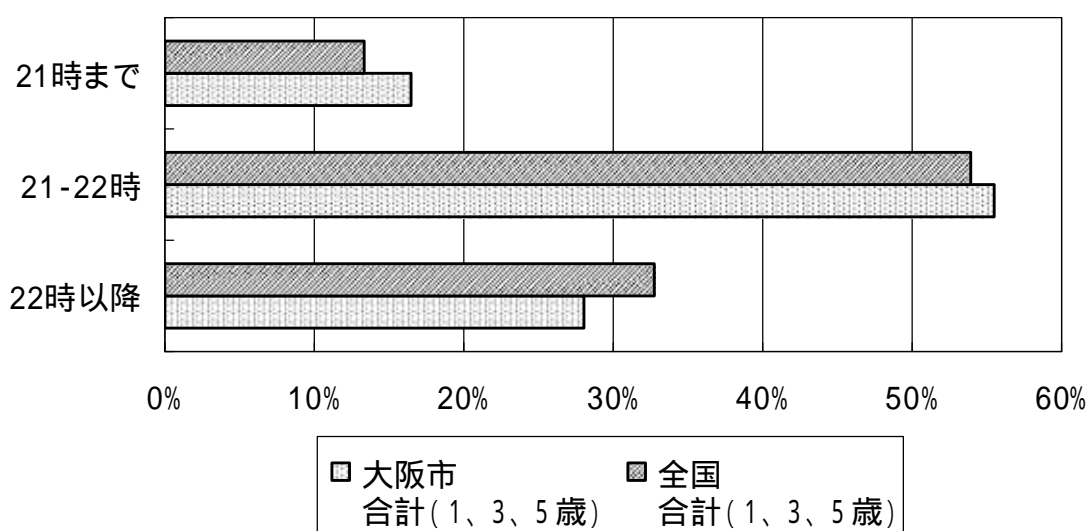
(1) 基本的な生活習慣

約半数のこどもは夜 9 時台に就寝していますが、4 人に 1 人以上が 10 時以降も起きています。

大阪市の就学前児童の年齢別就寝時刻



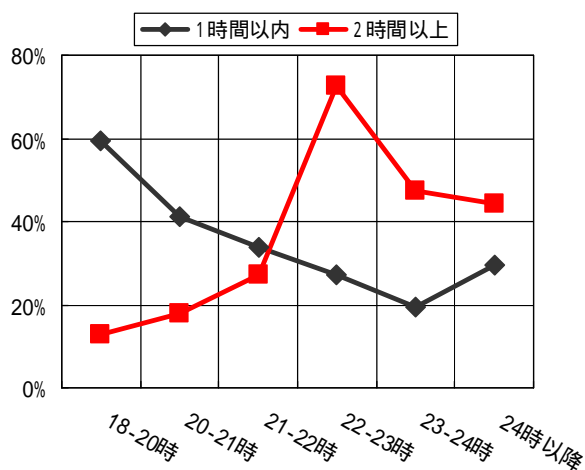
大阪市と全国の就学前児童の就寝時刻(参考)



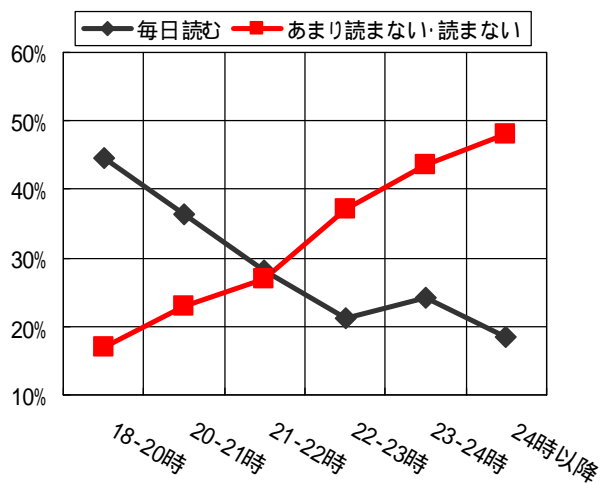
全国データは全国子どもの健康実態調査委員会(2008)「幼児の生活実態 -2007 年報告-」『運動・健康教育研究』第 16 巻第 1 号別冊(日本幼少児健康教育学会)より作成

就寝時刻が遅い子どもに見られる傾向として、次の点が指摘できます。

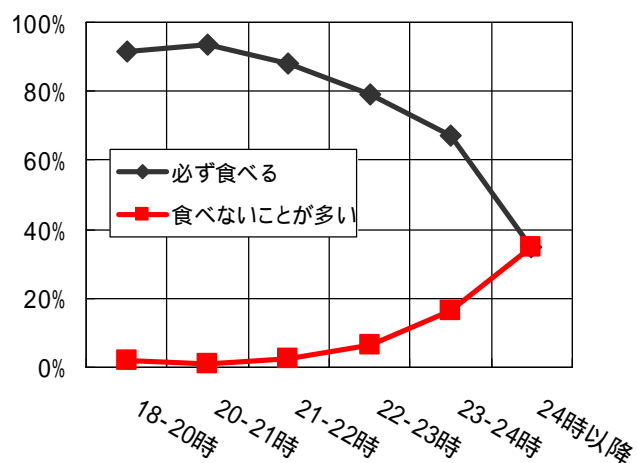
- ・テレビの視聴時間が長い



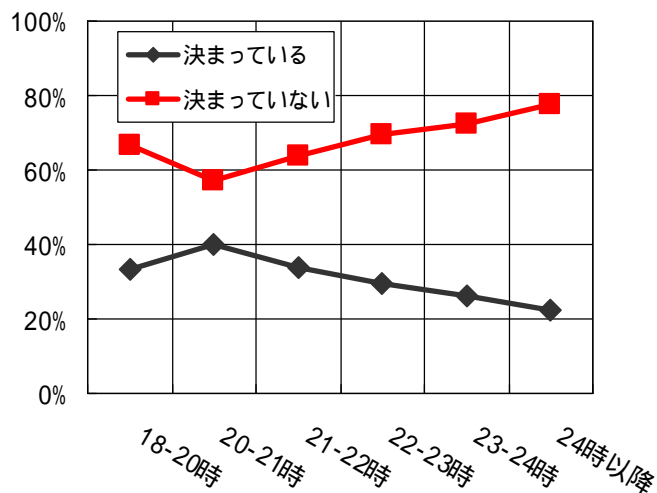
- ・絵本の読み聞かせの頻度が少ない



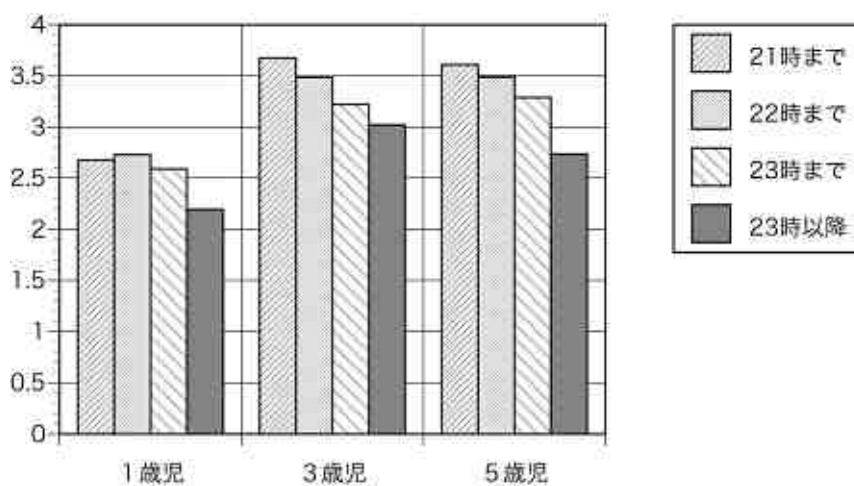
- ・朝食を食べない割合が高い



・排便の習慣が決まっていない



・外遊びが少ない



縦軸は、典型的な外遊び 11 項目のうち、よくする遊びとして選択された項目の数
〔抽出した 11 項目〕

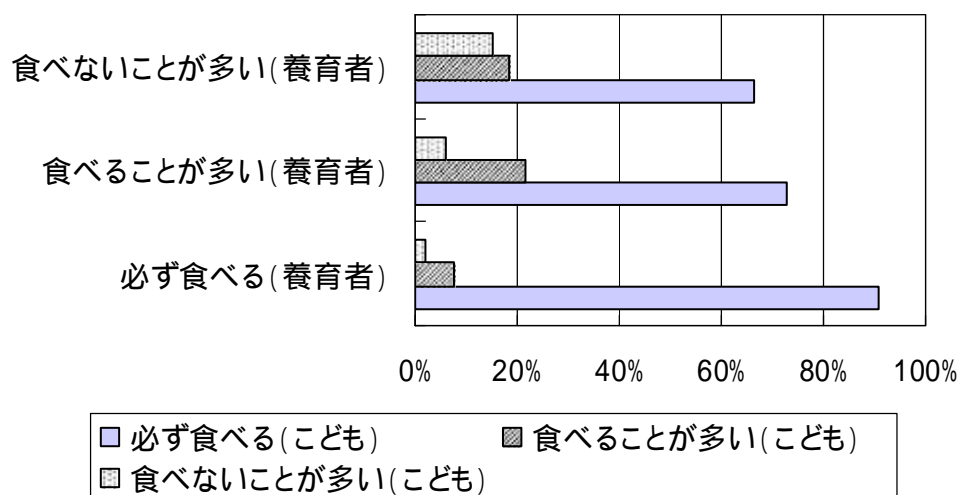
石拾いなど、昆虫採集や木の実拾いなど、泥んこ遊び、砂遊び、公園の遊具、基地遊び、自転車や三輪車・一輪車、ボール遊び、追いかっこやかけっこ、ヒーロー（ヒロイン）ごっこ、なわとび・ゴムとび

朝食の習慣について、全体では「必ず食べる」が85.7%、「食べないことが多い」が3.9%であるのに対して、養育者が朝食を「食べないことが多い」場合は、こどもが「必ず食べる」が66.5%、「食べないことが多い」が15.2%と、養育者の朝食の状況がこどもに大きく影響しています。

年齢別こどもの朝食の習慣

	必ず食べる	食べることが多い	食べないことが多い
1歳児	88.0%	9.1%	2.8%
3歳児	82.4%	12.6%	5.0%
5歳児	87.0%	9.4%	3.6%
合計	85.7%	10.4%	3.9%

養育者とこどもの朝食の関係



(2) 遊び

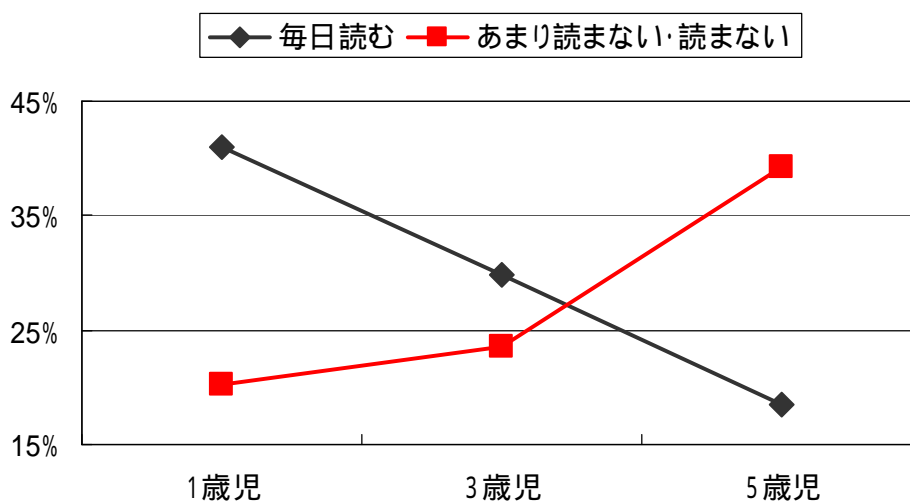
平日の家の中での遊びは、全体では絵本やお絵かきが多いですが、年齢があがるにつれてテレビ、ビデオ、DVD、ゲーム機などが増えてきます。

最近家の中でよくしている遊び

	1位	2位	3位	4位	5位
1歳児	絵本を読む	携帯電話や鍵などで遊ぶ(大人のまね)	乗用玩具(手押し車やまたがる車など)	乗り物のおもちゃ(鉄道模型、ミニカーなど)	こども向けビデオやDVDを見る
3歳児	絵本を読む	こども向けビデオやDVDを見る	お絵かき	テレビを見る	ブロック
5歳児	お絵かき	テレビを見る	絵本を見る	テレビゲームや携帯型ゲーム機	こども向けビデオやDVDを見る

家でもっている絵本の冊数は、平均で1歳児が16.9冊、3歳児が23.9冊、5歳児が24.3冊となっていますが、絵本の読み聞かせの回数は、年齢があがるにつれて減っていきます。

絵本を読む頻度



読み聞かせの平均頻度(1週間あたり)

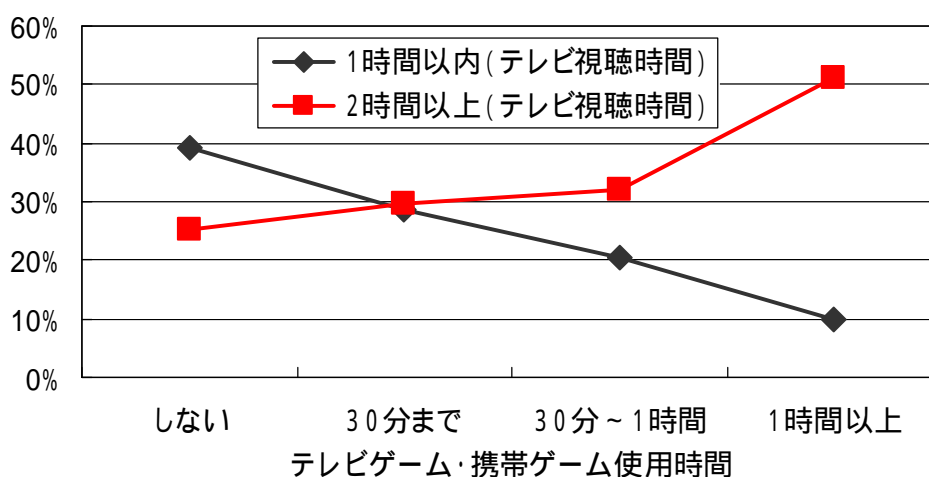
1歳児	3歳児	5歳児
3.9	3.2	2.3

テレビの視聴時間は、年齢があがるにつれて増えています。また、テレビの視聴時間が長いこどもは、テレビゲーム、携帯ゲームの時間が長く、絵本に触れる回数が少ない傾向があります。

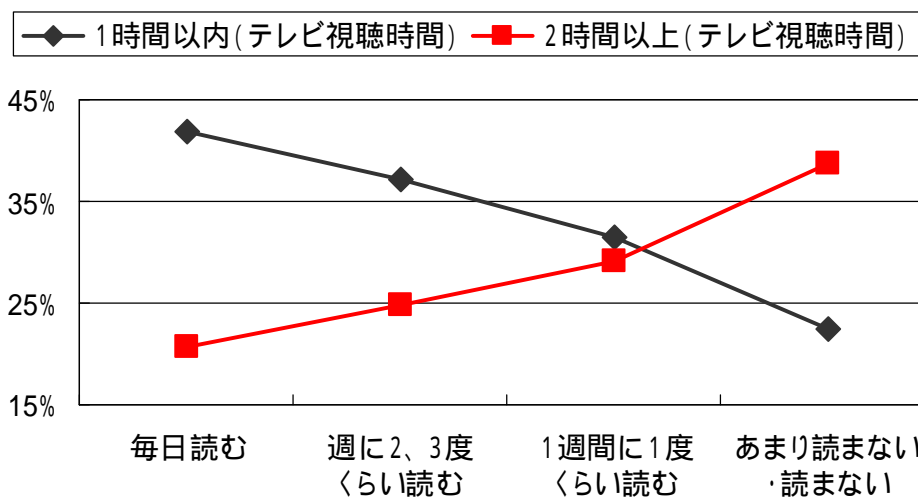
年齢別テレビの視聴時間

	見ない	30分まで	30分～1時間	1～2時間	2～3時間	3時間以上	平均(分)
1歳児	3.8%	10.3%	28.1%	30.2%	18.6%	9.2%	85.9
3歳児	1.2%	7.1%	27.3%	38.9%	20.0%	5.5%	88.1
5歳児	1.0%	3.1%	22.3%	42.1%	23.9%	7.6%	98.2

テレビの視聴時間とテレビゲーム・携帯ゲームの使用時間



テレビの視聴時間と絵本を読む頻度



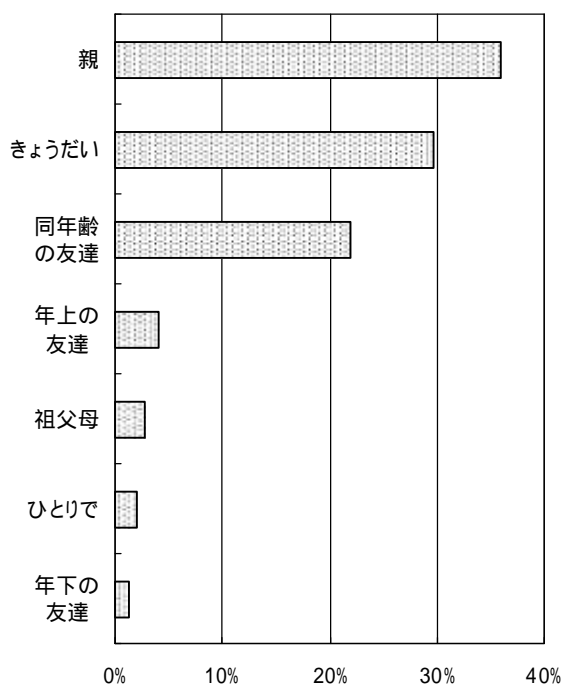
戸外での遊びは、「公園の遊具」による遊びがどの年齢でも1位です。

戸外での遊び

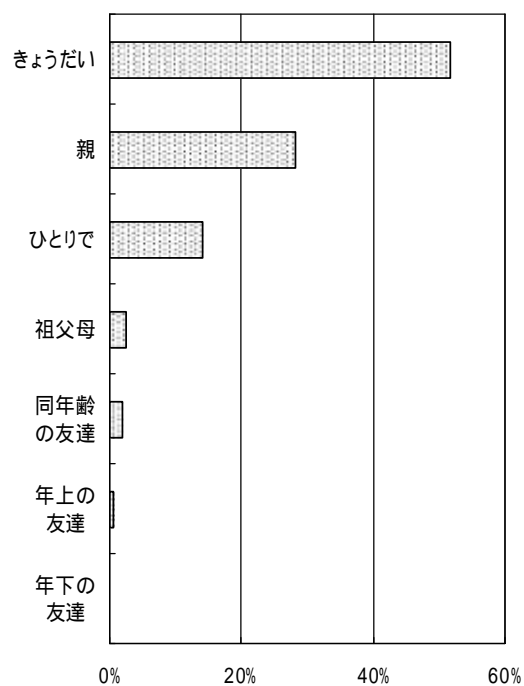
	1位	2位	3位	4位	5位
1歳児	公園の遊具	砂遊び	段差や坂を登る	ボール遊び	追いかっこやかけっこ
3歳児	公園の遊具	自転車や三輪車、一輪車	砂遊び	追いかっこやかけっこ	ボール遊び
5歳児	公園の遊具	自転車や三輪車、一輪車	追いかっこやかけっこ	ボール遊び	砂遊び

戸外での遊び相手は親、家の中ではきょうだいが多く、異年齢の友達との遊びがいずれも少なくなっています。

外遊びの相手

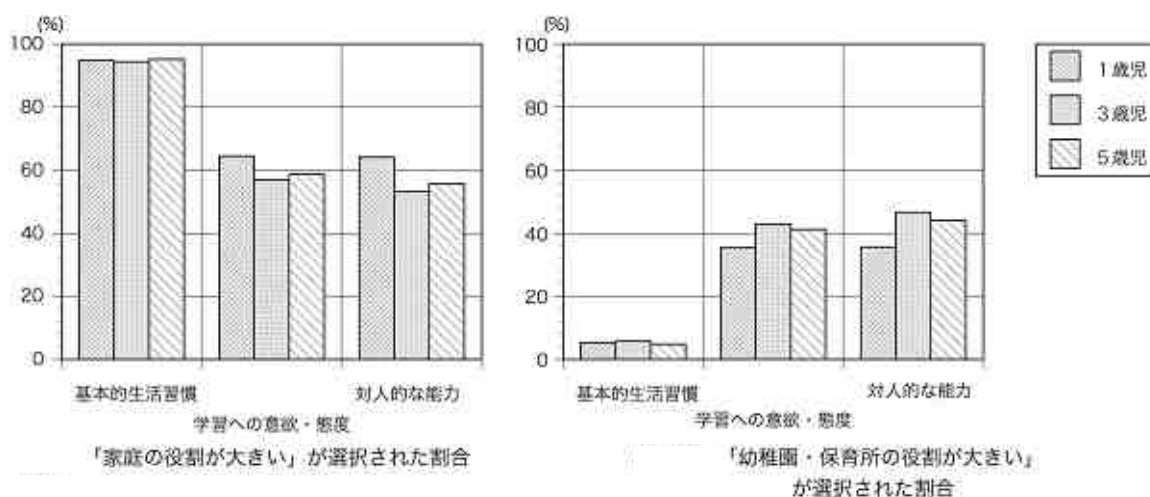


家の中の遊び相手



(3) 保護者の意識

小学校に入学するまでに、どんな力を身に付けさせたいかを尋ねた中で、その力を付ける上で「家庭の役割」と「幼稚園・保育所の役割」のどちらが大きいかを選んだ回答では、どの年齢でも「基本的生活習慣」に関することは9割以上が家庭の役割が大きいとし、集中力や積極性など「学習への意欲・態度」と、きまりごとを守ることや友達関係を築く力など「対人的な能力」では、家庭の役割が大きいとする回答が約6割、幼稚園・保育所の役割が大きいとする回答が約4割を占めていました。



(3つの属性の内訳)

基本的生活習慣の項目	学習への意欲・態度の項目	対人的な能力の項目
早寝早起き	自分の思いを伝える力	じっと人の話を聞く態度
言葉遣い	集中力	友達関係を築く力
食事のマナー、偏食しない	意欲的な学習態度	思いやり
衣服の着脱	積極性	正義感や物事の善悪
	落ち着き	決まりごとを守る
	ひらがなを読めるようになる	

「養育者が知りたい情報」は、どの年齢も1位は「これからの教育機関などの情報」、2位は「急病時の対応法や病院の情報」と共通していました。これに対して3位は、1歳児では「生活習慣の自立のさせ方」、3歳児では「こどもへの接し方」、5歳児では「こども同士の遊ばせ方」と、それぞれの成長の時期に沿った内容が現れています。4位は再び全年齢共通で「こどもの遊び場所」となっていました。

養育者が知りたい情報

	1歳児	3歳児	5歳児
1位	これからの教育機関などの情報	これからの教育機関などの情報	これからの教育機関などの情報
2位	急病時の対応法や病院の情報	急病時の対応法や病院の情報	急病時の対応法や病院の情報
3位	生活習慣の自立のさせ方（排泄、食事など）	こどもへの接し方	こども同士の遊ばせ方
4位	こどもの遊び場所	こどもの遊び場所	こどもの遊び場所
5位	こども向けの食事の献立	こども同士の遊ばせ方	こどもへの接し方

以上の結果より、就学前から睡眠や食事などの基本的な生活習慣についての課題が見られること、遊びの中でも特に異年齢の友達と遊ぶ機会が著しく少ないこと、多くの保護者は子育てに一生懸命ですが、こどもとのふれあいや生活習慣のしつけなどの具体的な方法が分からず悩んでいる姿などが読み取れました。

その結果、本プログラムにおいて、基本的な生活習慣育成や親子のふれあい（愛着形成）など具体的に行動に移せる方法の提示や、保育所や幼稚園などでの異年齢を含む集団活動や多様な体験機会の提供に資する内容を織り込むことの必要性が明らかになりました。

就学前にはぐくみたい「生きる力の基礎」

就学前にはぐくみたい「生きる力の基礎」

1 こどもにはぐくみたい5つの力

本プログラムが育成をめざす「生きる力の基礎」とは、 章でふれたこどもを取り巻く環境と社会の変化の中にあっても、大阪で生まれ育つ全てのこどもたちが、心身のすこやかな成長を通して、やがては社会の中で自立し未来を切り拓いてはばたいていける力、そしてそのような力を自ら身に付けていくことができる力を「生きる力」と位置付け、その基礎として乳幼児期からはぐくんでいくことが望ましいと思われる資質などのことです。

「生きる力」の主な内容は、国の中央教育審議会がかねてより示しているように、

- ・たくましく生きるための健康や体力
- ・自分で課題を見つけ、自ら学び、自ら考え、主体的に判断し、行動し、よりよく問題を解決する資質や能力
- ・自らを律しつつ、他人とともに協調し、他人を思いやる心や感動する心など、豊かな人間性などが考えられますが、言うまでもなくこれらは一朝一夕に獲得されるものではなく、生涯の早い時期から、成長のそれぞれの過程にふさわしい働きかけの中での積み重ねが必要です。

本プログラムでは、就学前にはぐくみたい「生きる力の基礎」を、次の5つの角度（5つの力）から見ていくこととします。

<愛情たっぷり！ 愛着形成>（養育者との愛着形成）

ここではぐくみたい愛着は、保護者や保育者などの養育者との間に生まれる心の絆で、こどもが身近な人たちの具体的な行動を通して愛情を感じる中で育ちます。愛着の対象となる養育者は、こどもが他者や外の世界にかかわっていく際に、必ず自分を守ってくれるという「心の安全基地」として、行きつ戻りつを繰り返しながら徐々に世界を広げていく拠り所となります。また、愛着形成による安定した情緒と人への信頼感が、他者への共感や同情、人から学ぶ姿勢、自分自身への信頼などにつながる芽を育て、その後の自我、意欲、社会性など、心の成長・発達の土台として、生きる力の基礎となります。

<すっきり、すこやか 生活習慣>（基本的生活習慣の育成）

基本的生活習慣は、人間が健康で安全、快適な生活を営む上で基本となるものであり、乳幼児期から望ましい生活習慣を身に付けていくことがその後の心身の健康と生活の充実の基盤となります。睡眠、食事、排泄、清潔、安全、衣服の着脱、整理整頓、あいさつなどの基本的生活習慣は、愛情に支えられた安全な環境のもと、規則正しく生活することで体得されます。また、こどもの生活リズムは、家族の生活リズムに大きく影響されるものであるため、家庭の状況を踏まえつつ、こどもの育ちにとって必要なことを大切にしながら整えていくことが望まれます。

< 自我の芽生えは出会いから、出会いがつくる社会性 >

(自我の芽生えと社会性の芽生え)

人間は人とのかかわりの中で自分自身を形成していきます。こどもは、周囲の環境とかかわる中で、自分というものの存在に気付き、やがて欲求や意思を主張し始める自我が芽生えます。そして、他者と出会い交わる中で社会性が芽生え、自我の芽生えと相まって自分の行動を律していく自律の土台をつくります。自我の芽生えと社会性の芽生えは、さらに多様な他者とのかかわりを通して人間関係を調整していく力の基礎となります。

< わくわく じっくり ひろがる世界 > (外の世界への積極性と学びへの意欲)

外の世界への関心をもち探索を広げていくこと、体験を通して新しいことを知り、さらに興味をもって環境にはたらきかけていくことが、こどもの活動への意欲を高めます。生きる力の基礎が培われる乳幼児期には、身体感覚を伴う多様な体験を積み重ねながら、豊かな感性とともに好奇心や探究心や思考力がはぐくまれます。繰り返したり、試行錯誤したりしながら、いろいろな遊びや生活を心ゆくまで楽しみ、新しいことを身に付けていく満足感や達成感を味わうことで、自分のできることや可能性を広げていくことができます。

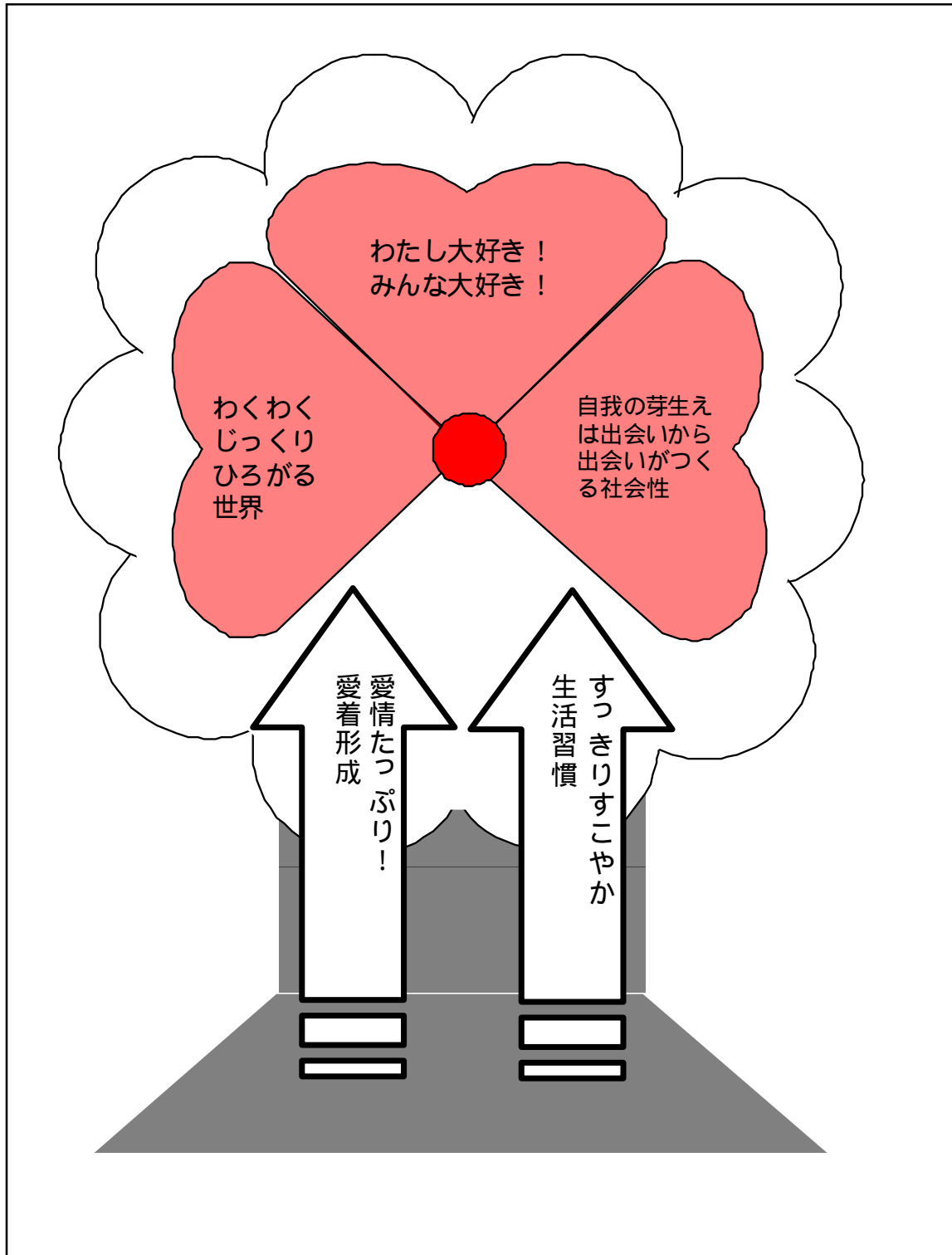
< わたし大好き！ みんな大好き！ > (自分も他人も大切にできる心)

愛着を形成し、自律の土台と積極性を身に付けていくことを通して、こどもたちは自分が大切にされていると確信し、自分を前向きに捉え、自信をもつ「自己肯定感」を感じるとともに、大切な自分と同様に他者も一人一人が大切であることに気付くようになります。こうして自分も他人も大切にできる心が育つことが、こどもの心身の成長に好循環をもたらします。

これらの5つの「生きる力の基礎」は、一つ一つが別々に完結しているのではなく、お互いに関連し合って、影響を与え合いながらはぐくまれていくものです。その際、愛着と基本的な生活習慣の形成は、5つの力のうちでも特に基本的な側面が強く、それらの土台の上に、続く3つの力が大きく実っていく幹となると思われます。

これらの力を、こども一人一人の発達のみちすじに沿ってバランスよくはぐくむことによって、学齢期以降に接続していく、総合的な「生きる力」の礎(いしずえ)となります。

はぐくみたい5つの力のイメージ



愛情たっぷり！愛着形成

(養育者との愛着形成)

こどもの姿	
乳 児 期 1	<ul style="list-style-type: none"> ・ 生理的欲求を適切に満たしてくれる特定の大人との間（1対1の関係）で心の絆が生まれ、心理的な一体感を感じるようになる。 ・ 人見知りが始まる（信頼する親しい人と見慣れない人とを識別するようになる）。 ・ スキンシップなど、こちよ体験で安心感をもつ。
幼 児 前 期 2	<ul style="list-style-type: none"> ・ 身近な大人との信頼関係を深め、自分の思いを安心して表す。 ・ 身近な大人を通して、友達とのつながりをもつようになる。 ・ 身近な大人への信頼感、安心感をベースとして、そこからまずは身近な外の世界へ探索に出かけ、また戻ってきては安心を得ることを繰り返す。
幼 児 後 期 3	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自分のペースで探索を広げ、身近な大人から一時的に離れてより広い世界に歩み出す。 ・ 必要なときにはいつでもサポートしてもらえるとという安心感がもてる。 ・ 大人が見守っていると、不安を感じずに思いっきり友達と遊ぶことができる。

【就学直前にめざす姿】

- ・ 身近な大人との相互の信頼関係の中で、情緒の安定を図りながら、外の世界への関心と行動を広げ、自立心をもつ。
- ・ 人への基本的な信頼感を基礎に、友達への親しみや人とかかわることの楽しさを感じながら、人間関係を広げはじめる。

1：乳 児 期 出生からおおむね1才すぎまで
 2：幼児前期 おおむね1才すぎから3才ごろまで
 3：幼児後期 おおむね3才以上、就学直前まで

年齢期の区分はあくまで目安です。
 (以下同様)

- ・ 愛着は、保護者や保育者などの養育者との間に生まれる心の絆である。
- ・ 身近な人たちの愛情を感じることで育つ情緒の安定と基本的信頼感が「生きる力」の基礎となる。
- ・ 愛着は、その後の自我、社会性、意欲など、心の成長・発達の手台となる。

こどもへのかかわり	具体例	具体的プログラム
<ul style="list-style-type: none"> ・ こどもの生理的欲求を満たしながら、応答的なふれあいや言葉がけを行う。 ・ 大切にしているという気持ちを具体的な行動で伝える。 ・ 直接の身体接触など、心理的・身体的に近接したかかわりをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 授乳時やオムツの交換時などの生活行為の中で、視線を合わせたり、ほほえみかけたり、語りかけたりする ・ こどもの表情や反応を見ながらやさしく抱っこする ・ ふれあい遊び ・ あかちゃん体操、マッサージ 	
<ul style="list-style-type: none"> ・ 適度の身体接触を続けながら、徐々に表情や身振り、やがて言葉を交わす中での受容など、応答的なかかわりを繰り返して、安心・信頼感を深める。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ こどもの言葉にじっくり耳を傾けて受け止め、こたえる ・ こどものよいところを見つける ・ 絵本の読み聞かせ ・ ふれあい遊び ・ 言葉遊び 	
<ul style="list-style-type: none"> ・ こどもが、受容されていると実感できるように、こどもを見守る。 ・ 外の世界への探索が広がるように環境を整える。 ・ こどもの能動性を引き出すような遊びやかかわりをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 絵本の読み聞かせ ・ 保護者・保育者など養育者との対話 ・ ふれあい遊び ・ 言葉遊び ・ 家族との共同作業(調理体験など) 	

【具体的プログラム】

- 親子・ともだちと一緒に楽しむ「ふれあい遊び」の紹介（乳児、幼児前期、幼児後期）
- こどもと楽しむ「あかちゃん体操・マッサージ」（乳児）
- 「ハグしちゃう！」「ふれあいタイム」プログラム（幼児前期、幼児後期）
- こちよい眠りへの7つの試み（幼児前期）
- こどもとできるクッキングメニュー（幼児後期）
- 絵本へのいざないプログラム（幼児前期）
- イメージを広げる絵本の読み聞かせ（幼児後期）

すっきり すこやか 生活習慣

(基本的生活習慣の育成)

	こどもの姿	こどもへのかかわり
乳 児 期	<ul style="list-style-type: none"> ・ 養育者との信頼関係のもと、生理的・情緒的な欲求を満たし、安心して過ごす。 ・ こちよい経験を積み重ねることにより、十分な睡眠をはじめとする望ましい生活習慣につながる生活をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ こどもの育ちにとって必要な生活リズムを大切にしたい、家族の生活スタイルをつくる。 ・ 清潔で安全な養育環境を整え、こどもの生理的欲求を満たしていく。
幼 児 前 期	<ul style="list-style-type: none"> ・ 食事、排泄、睡眠など生理的リズムが安定してくる。 ・ 養育者に手助けされながら、身の回りのことは自分でしようとする。 ・ 生活の中で簡単なきまりのあることを知る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 養育者自身が、生活リズムを整えることの気持ちよさと、こどもへの影響を実感し、モデルとなって、こどもにかかわっていく。 ・ 集団での生活リズムを経験させる。
幼 児 後 期	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自分の体に関心をもつとともに、生活に必要な習慣が身に付き、自分でできることは自分でしようとする。 ・ 自分も他人も気持ちよく生活するうえで、必要なきまりやマナーを理解し始める。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ こどもが自発的に、生活習慣を身に付けていけるよう、生活リズムを整える快適さを体得させる。 ・ 自ら身を守るように、安全についての意識を育成する。 ・ 集団での生活リズムを育成する。

【就学直前にめざす姿】

- ・ 基本的生活習慣がおおむね自立し、生活の流れを見通して行動するようになる。
- ・ 睡眠、食事、運動などが関連し合って、のびのびと活動するようになる。
- ・ 生活リズムを整えたり疾病を予防する意識をもつなど、自分なりに健康な生活を心がけるようになる。
- ・ 遊びや生活の中で安全に気を付けるとともに、災害や犯罪から身を守る行動の仕方を知り、自ら身を守ろうとする。

- ・ 睡眠、食事、排泄、清潔、安全、衣服の着脱、整理整頓、あいさつなど、健康で安全、快適な生活を営む基本は、愛情に支えられた安全な環境のもと、規則正しく生活することで体得される。
- ・ こどもの生活リズムは、家族の生活リズムに影響されるので、家庭の状況を踏まえつつ、こどもの育ちにとって必要なことを大切にしながら整えていくことが望ましい。

具体例	具体的プログラム
<ul style="list-style-type: none"> ・ 大人の生活スタイルとは異なるこどもの生活リズムの大切さを、保護者に啓発する ・ 生活リズムを整えるかかわり方や工夫の具体的提示(かかわり方の一言ポイントなど) ・ こどもの発達や健康などの知見を織り込んだ養育者向けの啓発 ・ 乳児の安全に対する保護者向け啓発 	
<ul style="list-style-type: none"> ・ 生活習慣の大切さの啓発(親子でつける生活カレンダーなど) ・ 生活の仕方の工夫の提示(食事の仕方、衣服の着脱の仕方、排泄自立の仕方など) 	
<ul style="list-style-type: none"> ・ こども自身が自分の生活リズムを意識する取り組み(こどもがつける生活カレンダーなど) ・ 手洗いなどの清潔、後片付けの習慣付け ・ 日常的なあいさつの励行 ・ 交通安全や緊急時に身を守る方法を教える ・ 四季を感じることでできる行事に親しむ 	

【具体的プログラム】

- 親子でつける生活カレンダー(乳児、幼児前期、幼児後期)
- こちよい眠りへの7つの試み(乳児、幼児前期、幼児後期)
- 大地のめぐみ食育プログラム(幼児後期)
- いそがしい朝の朝食レシピ(幼児前期、幼児後期)
- 四季を感じる季節行事(幼児後期)

自我の芽生えは出会いから、出会いがつくる社会性

(自我の芽生え、社会性の芽生え)

	こどもの姿
乳 児 期	<ul style="list-style-type: none">・ ものを触ることを通して、自分の体と、それ以外の世界があることを漠然と知り始める。・ 快と不快の感覚を経験して、自分の気持ちを表出から表現に変えていく。・ 人見知りが始まる（信頼する親しい人と見慣れない人とを識別できるようになる）
幼 児 前 期	<ul style="list-style-type: none">・ 自我の育ちの表れとして、強く自己主張するようになる。・ 身の周りに様々な人がいることを知り、身近な大人や友達に親しみの気持ちをもつ。・ 大人のしぐさや動くものの模倣を楽しむ。・ 自分の考えと他の人の考えが異なることを知る。・ 自分の経験したことや気持ちを周りの人に積極的に伝えようとする。
幼 児 後 期	<ul style="list-style-type: none">・ 仲の良い友達ができ、一緒に遊ぶ中で、相手の思いや考えに気付く。・ 友達と互いに思いや考えを出し合い、協力したり分担したりして遊びを楽しむ。・ 自己主張が旺盛になるとともに、それが必ずしも受け入れられないことを知り、ぶつかり合う中で葛藤しながら周囲と折り合いをつけ、自制心が芽生えてくる。

【就学直前にめざす姿】

- ・ 自分のしたいこと、思うことをみんなに伝えるとともに、友達の話も聴いて、一番よい方法を考えようとする。
- ・ 家庭や集団の中で、自分が果たす役割があることを知り、できることから行動していく。
- ・ 友達と共通の体験をする中で、共感し合ったり、達成感を感じたりする。

- ・ こどもは、周囲の環境とかかわる中で、自分の存在に気付き、やがて意思や欲求を主張し始める自我が芽生える。
- ・ 他者と出会い交わる中で社会性が芽生え、自我の芽生えと相まって自分の行動を律していく自律の土台をつくる。
- ・ 自我の芽生えと社会性の芽生えは、さらに多様な他者とのかかわりを通して、人間関係を調整していく力の基礎となる。

こどもへのかかわり	具体例	具体的プログラム
<ul style="list-style-type: none"> ・ こどもの身体感覚を刺激し、大人との肯定的な情動の交流を体験させ、自分の体に気付かせる。 ・ 幼児期に近づくにつれて、他児への興味・関心をもてる機会をつくる 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 大人からあやされることを楽しむ遊び（ほほずりなど） ・ 感覚遊び（くすぐり、たかいたかいなど） ・ 他児と出会える場への参加 	
<ul style="list-style-type: none"> ・ 養育者との1対1の関係から、他の友達に関心をもっていくよう援助する。 ・ 「ありがとう、ごめんなさい、いや、入れて（一緒にあそぼ）」などの人間関係を結ぶ言葉を体験させる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ ごっこ遊び（ままごとなど、見立て、つもりを楽しむ） ・ 他児に関心を抱きながらの並行遊び 	
<ul style="list-style-type: none"> ・ 仲間との遊びを通して、いざこざ、競争、助け合い、協調、がまんなどを体験させる。 ・ お互いの気持ちや欲求を言葉で表現するように援助する。 ・ 絵本などの媒体を通して、他者の気持ちを想像したり共感する機会をつくる 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 役割遊び（仲間とイメージを共有しながら役割を演じる遊び） ・ 約束ごとを伴う集団遊び（さまざまなお二ごっこ、かくれんぼなど） ・ 集団生活の中での自分の意思表示 ・ 絵本などの読み聞かせ 	

【具体的プログラム】

- 親子・ともだちと一緒に楽しむ「ふれあい遊び」の紹介（乳児）
- こどもと楽しむ「あかちゃん体操・マッサージ」（乳児）
- 「ハグしちゃおう!」「ふれあいタイム」プログラム（幼児前期）
- イメージを広げる絵本の読み聞かせ（幼児後期）
- みんなで遊ぼう! 伝承遊びを中心に（幼児後期）
- 四季を感じる季節行事（幼児後期）
- 演劇の手法を活用した表現とコミュニケーションワークショップ（幼児後期）

わくわく じっくり ひろがる世界

(外の世界への積極性、学びへの意欲)

	こどもの姿
乳 児 期	<ul style="list-style-type: none">・ 身の周りの物に、触れたりさわったりする。・ 音、色、感触、動きなどを身近に感じ、見たり聞いたりさわったりする。
幼 児 前 期	<ul style="list-style-type: none">・ 自分を取り巻く世界に興味や不思議さや驚きなどを感じ、好奇心をもつ。・ 「なぜ?」「どうして?」など感じたことを周囲の大人に頻繁に尋ねる。・ 戸外での活動を通し、自然や人、出来事への興味、関心を広げる。
幼 児 後 期	<ul style="list-style-type: none">・ 自分が興味や関心をもったことに熱中し、何回も繰り返してやってみる。・ 自分の思いや感情をさまざまな形で、友だちや大人に伝えようとする。・ 絵本や童話などに親しみ、イメージを広げるとともに、言葉が増えてくる。・ 遊びを通して、数量、時間、空間などに興味や関心をもつ。・ 身近な遊具や用具の使い方を知り、その仕組みに興味や関心をもつ。・ 日常生活の中で、文字や数字などに興味や関心をもつ。

【就学直前にめざす姿】

- ・ 知的好奇心を発揮し、外の世界にすすんでかかわっていく。
- ・ 様々な体験を通して、自然や社会の出来事、物事や現象の背景（仕組み、しかけ、関係など）に興味や関心をもつ。
- ・ 多様な遊びや日常生活の中で、数、量、形、大小、長短、空間、文字などへの興味や関心をもつ。
- ・ 自分の思いや考えを言葉や様々な手段や方法（身体表現、音、絵画、ものづくりなど）で表現し伝えることを楽しむ。
- ・ 初めてのことや自分にとって少し困難なことなども、身に付けた知識や運動能力を活用して、粘り強くやってみようとする。

- ・ 生きる力の基礎が培われる乳幼児期には、身体感覚を伴う多様な体験を積み重ねながら、豊かな感性とともに好奇心や探究心や思考力がはぐくまれる。
- ・ 繰り返したり、試行錯誤したりしながら、いろいろな遊びや生活を心ゆくまで楽しみ、新しいことを身に付けていく満足感や達成感を味わうことで、自分を広げていく。

こどもへのかかわり	具体例	具体的プログラム
<ul style="list-style-type: none"> ・ 人や物、現象などへの興味や関心を受け止め、こどもと一緒に楽しむようにする。 ・ 多様な探索行動を見守り、こどもの動きに合わせて寄り添う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ まねっこ遊び（バイバイ、いないいないばあなど） ・ 感触遊び（見る、聞く、さわる） ・ 運動遊び（這う、立つ、手足を動かすなど） ・ 発声や発語を促す言葉かけ（指さし、なん語への応答） ・ あかちゃん絵本（ブックスタート） 	
<ul style="list-style-type: none"> ・ 自然など周りの世界に接して、興味や関心をもったときには、共感の気持ちで接し、受け止める。 ・ 「なぜ？」「どうして？」の問いかけに共感し、受け止める。 ・ バーチャルな刺激（仮想体験）よりも、人や自然に接する実体験を増やす。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 散歩による自然などとふれあう体験 ・ 絵本の読み聞かせ（オノマトペ（擬態語や擬音語）やリズム感を楽しむなど） ・ 絵をかく ・ 身近な素材に触れる遊び ・ 積木や粘土などでの遊び ・ リズム遊び・表現遊び 	
<ul style="list-style-type: none"> ・ 様々な体験を通して、知らなかったことを知る喜びを味わわせる。 ・ こどもなりのペースで、物や出来事とのかかわりを十分楽しませる時間を確保する。 ・ こどものがんばりを見守り励ます。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 栽培や収穫活動 ・ 絵本などの読み聞かせ（ストーリーを楽しんだり、イメージを広げるなど） ・ 言葉遊び・数遊び・文字遊び ・ 構成遊び（積木やブロックなどで具体的にイメージした物をつくる） ・ 調理体験 ・ 集団での遊びや創作活動 	

【具体的プログラム】

- 親子・ともだちと一緒に楽しむ「ふれあい遊び」の紹介（乳児）
- 大地のめぐみ食育プログラム（幼児後期）
- こどもとできるクッキングメニュー（幼児後期）
- 絵本へのいざないプログラム（乳児、幼児前期）
- イメージを広げる絵本の読み聞かせ（幼児前期、幼児後期）
- 言葉を育てる絵本の読み聞かせからオリジナル絵本へ（幼児後期）
- みんなで遊ぼう！伝承遊びを中心に（幼児後期）
- 四季を感じる季節行事（幼児後期）
- 演劇の手法を活用した表現とコミュニケーションワークショップ（幼児後期）

わたし大好き！みんな大好き！

(自分も他人も大切に作る心)

	こどもの姿
乳 児 期	<ul style="list-style-type: none">・ 養育者から「自分が大切にされている」ことを感じる。・ 自分の周りの人に親しみをを感じる。
幼 児 前 期	<ul style="list-style-type: none">・ 初めてすることはうまくいなくても、繰り返し試みると少しずつできるようになるという体験を重ねる。・ 自分の周りの人には、自分とは異なる感情があることを知る。
幼 児 後 期	<ul style="list-style-type: none">・ 自分が家族や友達の中で、役割を果たし必要とされているという充実感を感じる。・ 自分とは異なる他者の考えや行動をお互いに認める。・ 動植物とのかかわりを通して、やさしさや思いやり、命の大切さを感じる。

【就学直前にめざす姿】

- ・ 自分が大切にされているという実感をもって、自分を大切にする。
- ・ 自分のやりたいことに自信をもってチャレンジして、充実感や満足感を感じる。
- ・ 一人一人の違いがあることを知り、自分以外の人の気持ちを理解しかかわろうとする。
- ・ 異年齢の子どもとのかかわりなどを通して、他者への思いやりややさしさの気持ちをもつ。
- ・ 人の役に立つことをうれしく感じる体験を通して、仲間の中の一人としての自覚と自信を感じる。

- ・ 愛着を形成し、自律の土台と積極性を身に付けていく過程で、こどもは自分が大切にされていると確信し、自分を前向きに捉え、自分に自信を感じる「自己肯定感」を感じるとともに、大切な自分と同様に他者も一人一人が大切であることに気付くようになる。
- ・ 自分も他人も大切にすることが、こどもの心身の成長に好循環をもたらす。

こどもへのかかわり	具体例	具体的プログラム
<ul style="list-style-type: none"> ・ しっかりとこどもとの愛着を形成する。 ・ 養育者との楽しい時間をもつ。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 泣くなどの不快感を示したときに、不快や不安を取り除くよう、世話をする ・ こどもの気持ちをこちよくするようあやす 	
<ul style="list-style-type: none"> ・ 家族や集団の場の中で、かけがえない自分として大切にされていることを実感できるようにする。 ・ こどもの成長やよいところを具体的にほめる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 誕生日を祝い、こどもの成長とともに喜び合う ・ 家庭などでの手伝いを大人と一緒にする（食事の準備 茶碗を運ぶ等、調理 レタスをちぎる等の準備、洗濯物をたたむなど） 	
<ul style="list-style-type: none"> ・ こどもが身に付けた力を発揮できる状況を設定し、その努力を認める。 ・ 様々な体験を通して他者と出会う環境を整える。 ・ いろいろな友達一人一人への理解を深め、ともに育つ喜びを共有する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 集団での創作・表現活動 ・ 異年齢児との遊び ・ 地域の高齢者との交流など、地域社会とかかわりをもつ ・ 家庭などでの手伝い（調理体験、玄関の靴揃え、洗濯物をたたむなど） ・ 当番活動 ・ 動植物の世話 	

【具体的プログラム】

- 親子・ともだちと一緒に楽しむ「ふれあい遊び」の紹介（乳児）
- こどもと楽しむ「あかちゃん体操・マッサージ」（乳児）
- 「ハグしちゃう！」「ふれあいタイム」プログラム（幼児前期）
- 大地のめぐみ食育プログラム（幼児後期）
- こどもとできるクッキングメニュー（幼児後期）
- 言葉を育てる絵本の読み聞かせからオリジナル絵本へ（幼児後期）
- みんなで遊ぼう！伝承遊びを中心に（幼児後期）
- 四季を感じる季節行事（幼児後期）
- 演劇の手法を活用した表現とコミュニケーションワークショップ（幼児後期）

2 保護者の方に伝えたいメッセージ

ここでは、前述の「こどもにはぐくみたい5つの力」をはぐくむ取り組みを具体的に進めるにあたって、こどものすこやかな育ちを願う保育所や幼稚園、在宅子育て支援機関の関係者（支援者）と保護者に対し、＜支援者から保護者＞、＜保護者からこども＞を見つめる「まなざし」として心に留めていただきたい視点を挙げます。

保護者は、こどもの日々の生活の中で心身ともに一番身近な存在であり、その一喜一憂をこどもはとても敏感に感じ取るものです。そして何よりもこどもを育てる当事者としての喜びと悩みを直接引き受ける立場にあります。そうした保護者の育児不安を軽減し勇気付けること、子育ての楽しさやうれしさを実感できる気づきの場を設定することが、今、支援者に大きく求められています。

ここに挙げた7つのメッセージが、支援者が就学前のこどもを育てている保護者にかかわる際の一助になることを期待します。



一人一人、みんな違ってあたりまえ

子どもたちは、自分に合った発達のパースとステップをそれぞれもっています。何気なく日々生活していく中で、子どもは次のステップへの準備をゆっくり整えています。できるようになっていくこともパース配分も自分流、違って当然なのですからあせらなくていいのです。

また、発達のステップを踏むごとに、身に付けていく動きや気持ちの表現の仕方も、子ども一人一人個人差があります。表現の違いは子どもの個性なのです。子ども一人一人がもっている伸びる力に、周囲の大人はちょっと手を貸しながら、「できるようになったこと」が少しずつ増えていくことを、子どもと一緒に喜び合いましょう。

子どもたちが準備しているのをあたたかく見守り、手助けするとともに、子どもの準備OK!のサインを見逃さないようすることが大切なのです。

子どもの成長は、一人の人間の貴重な歴史の1ページであり、私たち大人はサポーターです。その成長ぶりを子どもと一緒に楽しみましょう。そして、その成長を、子どもたちに話すことができる日を楽しみにしましょう。



【支援者のかかわり】

保護者が、子どもの見た目の体の大きさや年齢ではなく、心身の発達準備状態を適切に把握できるよう、援助を行うことが必要です。

保護者は、支援者のように「いろんな子どもがいてあたりまえ」という思いには、なかなかたねなくて当然です。保護者の思いをまず受け止めてから、たとえゆっくりであっても、着実に子どもが成長していることを、保護者が気付くことができるよう、子どもの日々の様子を保護者にたくさん伝えましょう。その上で、子どもの準備OK!な状態に即した、具体的なかかわり方も併せてアドバイスすることが大切です。

どの子どももみんな、光るものを持っている

「あなたのお子さんはどんな子どもさんですか？」と尋ねられたら、どんなふうに答えますか。「一度ぐずりだすと、絶対言うことを聞かない」とか、「気が弱くて、友達におもちゃを取られ、いつも泣かされている」のように、ついつい思ってしまうことはないですか。

でも、周りの人の客観的な意見を聞いてみると、案外「意志が強い、自分の意見が言える子」や「気が優しい子」というプラス評価だったりします。

どのようなものも両面があります。ぜひ、よい方向から子どもたちを見てあげましょう。子どもの性格をいろんな言葉で表現してみると、きっと、困った行動もポジティブな一面をもっていることに気付くことでしょう。

子どもの姿をもう一度じっくり見てみると、「キラリ」と光るよいところが必ず見つかります。それをたくさん見つけることが、周囲の大人の役目ですから、見つけたら子どもにそれを伝えて、いっぱいほめてください。



【支援者のかかわり】

大人は、ついつい子どもに注意したり、叱ったりという言葉がけが増えてしまいます。もちろん、どんな行為でも容認する必要はありませんが、「だから言ったでしょ！」や「どうしてできないの！」「早くしなさい！」が、口癖になっている大人を見かけることはありませんか。

保護者は、毎日身近に子どもと接しているわけですから、子どもに望むことも、ついつい大人の自分と同じ目線で求めがちになります。

保護者が、「子どもはこれから成長していく頼もしい存在」として、現在の子どもの姿をポジティブに受け止められるよう、保護者と一緒に、「子どものよいところ探し」をいっぱいしていきましょう。

こどものことばにじっくり耳を傾けよう

「どうしてこんなことするんだろう」大人は、こどもの行動に絶えず戸惑いを感じています。でも、その行動には、こどもなりの理由があるものです。

子育ての中では、ついつい大人の視点で見てしまいがちですが、こどもはこどもの人生を歩んでいきます。「生きていくのに必要だから」というしつけも大事ですが、「この子はどう感じているのだろうか」「どう思っているのかなあ」と、こどもの立場で考えてみると、見えてくるものがあります。「この子は、こんなふうを感じているんだ」と理解することが大事なのです。

横に並んで歩いている時も、こどもと大人の目線の高さは全然違うので、見えているものや感じていることは違ってあたりまえです。日常生活の中で、こどもの何気ないつぶやきや伝えようとしている言葉に、耳を傾けるようにしてみてください。

そして、こどもの行動に「どうして?」と思ったら、大人の目で判断しないで、こどもの声をしっかり聴いてみてください。そして、その理由に対する答えを返してください。

人に話を十分に聴いてもらったこどもは、自分の考えをしっかり表現することや、人の話をじっくり聴くことができるようになるのです。



【支援者のかかわり】

毎日、忙しい中で育児を頑張っている保護者に、「もっとこどもの話を聴いてあげてね」と伝えることは、負担を感じさせるのではと、ためらいがちになるものです。しかし乳幼児期に、「聴いてもらう満足感」を感じ、「伝えようとする意欲」が湧くことが、こどもが自分の存在を確認し、自己肯定感をもって生きていくために、いかに大切なことを保護者に伝えることが支援者の役割です。

そして、こどもの声を聴くこと(否定や指示ではなく、「どうしたの?」「どうしたかったの?」と一緒に考える言葉がけ)ができるよう、保護者のしんどさに共感し思いを受け止めながらも、具体的なかかわり方を助言してください。

こどもの力は身近な生活体験で伸びていく

こどもは、実際に体験し感じたことに、心を動かされ成長していきます。大人と違って、知らないことや経験したことのない気持ちを、頭の中だけで理解することはむずかしいのです。

こどもは、ひとつの体験から様々なことを学び感じ取ったり、いろんな体験の積み重ねからひとつのことに気付いたりします。

でも、「何か体験させなくちゃ！」と休みのたびにお出かけしたり...とがんばりすぎる必要はありません。近隣の公園で遊びながら四季の変化に気付いたり、おうちの中でのいろんな生活場面（お洗濯やお掃除、食事づくりなど）を見ることやお手伝いをしたりすることも、こどもにとっては貴重な体験なのです。

たとえば、「お手伝い」の体験から、「家族の一員としての自覚」「お願いね、と頼りにされる喜び」「役に立ち感謝されるうれしさ」「自分はいろんなことがやれるんだという自信」など、こどもはいろんなことに気付きます。

日々忙しい生活を送る中で、こどものペースに寄り沿うことは大変です。しかし、こどもが体験している時間を大事にし、そのそばで「待つ」こと、「見守る」ことが大人の大切な役目なのです。

こどもは「体験させられる」のではなく、「体験する」ことによってその記憶を心や体で覚えていくのです。どうか、貴重なその一瞬一瞬をこどもと共有する喜びをたくさん味わってください。

【支援者のかかわり】

「こどもの成長にはいろんな体験が大事だ」ということを、多くの保護者は理解しています。しかし、「体験させる」ことを特別なことだと思いつぎ、日々の家庭生活以外の刺激を一生懸命与えようとしている場合があります。

こどもにとっては、日常生活そのものが日々体験であること、その中で、自分でできることを少しずつ自分でできるようになるという経験が、心の育ち・体の育ちのどちらにも大切であることを伝えることが必要です。

また、日常生活におけるこどもの生活範囲は、家庭、保育所や幼稚園、在宅子育て支援機関など、大人に比べると限られた範囲ですが、「安心できる場所」「友達と会える場所」など、自分なりの価値を感じ、必要としています。

場所によって、主となってかかわる大人は変わっても、受け止めるこどもは一人です。それぞれの場所で体験することが、こどもの中で適切に統合され、つながりをもったものとなるよう、家庭の状況や保護者の思いなどを十分把握し、家庭生活と各関係機関での活動との連続性を重視したかかわりをもつようにしましょう。

一緒に楽しいね。うれしいね

こどもと一緒に生活はあわただしく、「あれもこれもやらなくちゃ！」と思っているうちに、あっという間に寝る時間、なんてことは日常茶飯事です。それに、こどもはなかなか大人の思うようにはなりませんから、ついつい「あーしんど！」と、ため息が出てしまう日もあるのではないのでしょうか。

私たち大人は、目の前にある「しんどさ」で頭がいっぱいになると、「楽しいこと」「うれしいこと」が見えにくくなりがちです。でも、こどもは「一緒に楽しいね。うれしいね」と養育者との日々の生活を楽しんでいるのです。

そして、私たち大人も、本当は日々、たくさんの楽しい時間をこどもと過ごし、その笑顔やちょっとした一言に元気をもらっているのです。

私たちを元気にしてくれるこどもの笑顔の源は、保護者の方の笑顔とあたたかい語りかけなのです。



【支援者のかかわり】

最近、こどもと時間を過ごすことが苦手な保護者がいるようです。初めて育児を経験される方に多いようですが、熱心に地域の子育て支援の場などに参加されている方でも、実は、「家でのこどもとの遊び方が分からない」という不安感を抱えておられることもあります。

一方で、こどもが保育所や幼稚園に通う年齢になると、「何で上手く子育てできないんだろう」とこどもとの距離感を感じてしまう保護者も多いのではないのでしょうか。

こどもとの距離が最も近いからこそ、保護者は「私の思いはこどもに伝わるはず。こどもの考えていることは、私にはわかるはず」というプレッシャーを感じていることがあるのです。たとえ親子であっても別々の人間であり、言葉や態度などの表現なしに全ての思いが伝わることはないことを、保護者が理解するよう、具体的な例示を伝えていくことが大切です。

保護者が、「自分の一部」ではなく、「自分とは違う個性をもった一人の人間」という視点で、こどもとの日々のやりとりを見つめなおしてみれば、自分に向けられるこどもの表情や言葉、行動などの中に、「大好きだよ！」というメッセージをたくさん発見できるはずです。支援者は、その支援をすることが必要です。

失敗してもへっちゃら！もう一回やってみよう！

こどもの沈んだ悲しい表情を見るのはつらいものです。

「失敗したらかわいそう」と心配するあまり、「できないんだから止めておきなさい」と途中で止めさせたりしたことはありませんか。もしくは、こどもが最後まで仕上げる前に、その手を止めて大人の手でさっさとやってしまった、ということはありませんか。

こどもは「小さな大人」ではありません。何もできない状態で生まれ、少しずつできることを増やしていく、それがこどもなのです。成功や失敗という結果よりもまず、やってみるということ、経験するということがとても大切なのです。

失敗は成功のもとです。こどもは、少くく失敗しても、周囲の大人が支えていれば、必ず立ちあがります。

そして、「またやってみようね」とそばで応援することで、こどもはもう一度チャレンジしようと思います。失敗体験は、大人だってつらいものです。でも、失敗の先に成功があるという経験がないと、失敗を自分でどう対処したらいいのか分からない大人にならないでしょうか。

失敗したときが、次に伸びるチャンスです。どうか、こども自身でゴールにたどり着くことができるよう、そつと後ろから支えていてください。

【支援者のかかわり】

最近、積極的に自分でやってみることを怖がるこどもがいます。みんなと一緒だといろいろできるのですが、いざ、「じゃ、一人でやってみよう！」と促すと、急にモジモジしたり、「やらない…」と拒んでみたり。

今のこどもは、人前で失敗することに慣れていません。心の奥には、こどもならではの「やってみよう」気持ちがあるのですが、「失敗したら恥ずかしい」「うまくいかなかったら怒られる」というマイナスの記憶が残っていると、「やってみよう」という勇気が湧きにくいのです。

失敗を失敗で終わらせず、リカバリーできた経験は、こどもに「やればできる」という自己肯定感や達成感、満足感を味わわせ、次に進む意欲をはぐくみます。この繰り返して、こどもは様々なことを身に付けていくのです。

こどもの意欲をはぐくむためには、最も身近な支援者である保護者自身に、こどもの失敗を恐れない気持ちをもってもらうことが大切です。そのためにも、各関係機関での生活の中で、いかにこどもが日々たくさんの失敗を克服しているか、その生き生きとした姿を保護者に伝えてください。

一人で悩みを抱え込まないで

現在、就学前のお子さんを育てておられるお父さんやお母さんの中には、「我が子が生まれるまで、あかちゃんを身近に見たりふれたりすることがほとんどなかった」という方が、けっこう多いのではないのでしょうか。

あかちゃんとの生活は全てが初体験で、うれしいこともたくさんあるけれど、「これでいいのかな」と不安を感じて、どうしようと悩んだり、誰かに相談したいなと思ったりすることもありますよね。

そのようなときは、近くの地域子育て支援センター、保育所、幼稚園などへ相談してみてもいいのでしょうか。これらの機関では日々、保護者の方々の相談に応じています。小さな子どもが遊び、生活している様子を間近に見ることができます。

また、毎日の生活の中で、「こどものこと、自分のこと、誰かと気軽に話したい。」「子育て、ちょっと助けてほしいな」と思うこともありますよね。そのようなときは、あなたの周りにあるいろいろな子育て支援の制度や地域のネットワークをおおいに活用しましょう。同じような思いをもった親同士が出会い、つながっていくきっかけづくりや、「子育てちょっと休憩！」のリフレッシュをお手伝いするなど、さまざまな方法であなたを応援しています。しんどいときは、一人でがんばらなくていいのです。

気になること・困ったことがあれば一人で悩まないで、まずは身近な子育て支援、保育・幼児教育の専門機関に相談してみてください。

【支援者のかかわり】

日々、集団の中で子どもを見ている専門職は、保護者よりも早く、こどもの抱える問題に気付くことがあります。我が子だけを毎日見ている保護者の場合、そのことに気付かずに過ごしてしまうこともあったり、また反対に、口には出さないけれど、何となくこどもの成長に問題を感じている保護者もいます。

こどもの成長にかかわる問題を保護者と話すときには、まずはさりげなく家庭での様子を聞いてみたり、機関での姿を伝え、「おうちではどう？」と尋ねたりするなど、保護者の思いに寄り添い、保護者の不安感を高めないような配慮が必要です。憶測で具体的な病名（診断名）を口にしたり、「成長が遅いのでは」などと不安を感じさせるような表現はしないようにしましょう。

その上で、必要だと判断したときには、区保健福祉センター（子育て支援室や発達相談）へ相談するよう、アドバイスしてください。

また、現状の子育てに「しんどさ」を感じている保護者には、その保護者のしんどさをやわらげるのに適切な支援策をアドバイスできるよう、常に地域のネットワークや子育て支援施策に対する情報収集をしておくことが大切です。



**「生きる力の基礎」をはぐくむ
具体的プログラム**

