

保護者のみなさまへ

# 3歳頃の子育てのヒント



このリーフレットは、道内の3歳頃のお子さんをもつすべての保護者を応援するための資料です。

## 3歳頃になると、一人でできることや、やってみようとするが増えてきます。

子どもは、3歳頃になると、自己主張することだけでなく、周囲の状況に合わせた活動もできるようになってきます。お子さんの「やってみようという気持ち」を大切に、お子さんの活動を見守りながら温かく接していくことが大切です。

また、子育てについて、きめ細かく記録を残しておくことで、これまでの成果や受けてきた支援について相談先に簡単に伝えることができます。

## 子育ての記録（例）

年齢	成長の記録	相談してアドバイスいただいたこと
1歳8か月	言葉の遅れが気になったので、発達支援センターに相談したところ、言葉の発達を促すかわり方のヒントを教えたもらった。	子どもが物を指さしたときや、何かを伝えようとしているときに、「そうね、〇〇だね。」などと意識して言葉を添えて返すと良い。
2歳6か月	何でも「イヤイヤ」と自己主張が強くなり、対応に困ったので、先輩ママに相談したところ、「余裕をもって接する」ようアドバイスを受けた。	「買い物に出るときは、子どもとかかわる時間も含め、時間に余裕をもって家を出る。」など、子どもへの対応時間も考慮すると良い。
3歳0か月	食べ物の好き嫌いが出てきて少し心配だったので、3歳児健診で保健師に相談したところ、間食を減らし、外遊びを増やすようアドバイスを受けた。	外遊びは、間食を減らすだけでなく、身体や社会性の発達を促す大切な時間。身体を使って遊ぶと、お腹もすくので、好き嫌いも少なくなる。

※発達には個人差があります。

## 3歳頃のお子さんをもつ、お母さんの声

### 「子育ての記録をとっておいでよかった！」

子どもが、なかなか友だちの輪に入れず困っていました。そこで、発達支援センターの先生に、これまできめ細かにとっておいで子育ての記録を見せて相談したところ、子どもの成長や受けてきた支援を理解してもらうことができ、とてもうれしかったです。

子育ての記録は、「相談・支援手帳（ファイル）」（発達や相談・支援の内容等を記入する手帳やファイル）につづって保管したり、幼稚園等に入園した後は、個別の教育支援計画（乳幼児期から学校卒業後までの一貫した教育的支援を行うための計画）などにとじたりしておく、子育ての相談をする際に便利です。



道教委ホームページ

（お問合わせ先）

北海道教育庁学校教育局特別支援教育課  
〒060-8544 札幌市中央区北3条西7丁目道庁別館  
電話 011-204-5774 FAX 011-232-1049  
<http://www.dokyoj.pref.hokkaido.lg.jp/hk/tkk/index.htm>



個別の教育支援計画紹介ページ

※この資料は、3歳児健診等で保護者に配布することができる1枚資料です。