

1歳6か月からのお子さん

お子さんが生まれてから、1年6か月がたちました。簡単なことばがわかり始めてくる時期です。お子さんとのコミュニケーションを楽しみ、笑顔で子育てできるよう保健センターでは皆さまを応援してまいります。

健やかに心豊かに育てる遊び

『お父さん、お母さんと遊ぶのって楽しいな』という気持ちを育てていくことが、親以外の大人やお友達とのコミュニケーションの土台となります。身体を動かして楽しく遊ぶことがお子さんの感覚を刺激し、脳を活発にします。お子さんと視線を合わせて「楽しい」気持ちを共有しましょう。

☆やりとり遊びを楽しみましょう

行くよ!!
コロコロコ
ちょうだい。



「ちょうだい」「どうぞ」
など声をかけながら、やりと
り遊びを楽しみましょう。

☆絵本の読み聞かせをしてみましょう

プープーあつた
ね!大きいね。



絵本を見ているときにお子さん
の興味の持ったものに合わせて、
ことばを添えてあげましょう。

☆まねっこ遊びをしてみましょう

わー!
上手



「バンザイ」など、ポーズを
とって、お子さんがまねたら褒めて
あげましょう。

まねをしない場合、まずは大人が
お子さんのまねをしてみましょう。

ことばを育てる関わり

好きな人（お母さんやお父さん）に伝えたい、見てほしいという気持ちが強くなってくると、ことばだけでなくたくさんの成長につながると言われています。人とのやりとりを楽しみながら、たくさんのことばの芽を育てていきましょう。

☆お世話をしながら、話しかけましょう

オムツ替えようね。
きれいにするよ。



オムツをはかせながらなど、日常
生活の中で動作に合わせてことばが
けをしましょう。

☆動作に合わせて、擬音語、擬態語をたくさん使いましょう

擬音語や擬態語はお子さんが覚えやすく、
まねしやすいです。動作に合わせて「ピョン
ピョン」「ポンポン」等くり返し聞かせてあ
げましょう。

☆子どもの興味に合わせて声をかけましょう

指さしはこの時期のお子さんにとって大切な
コミュニケーション手段です。指さしが出てい
ない場合はまず大人が指さしの見本をみせてあ
げましょう。

指さしに合わせて、「ワンワン、いたね。」
など声をかけてあげましょう。

イヤイヤ期の対応について

この時期、特に「イヤ」という気持ちがなくても、「イヤ」と言ってしまうことや、伝えたいことが上手く伝えられずに「イヤイヤ」で表現することがあります。

イヤイヤ期は自我が育ってきている成長の証でもあります。自分のことばで伝えられるようになるまでもう少し見守って上げましょう。

☆お子さんの気持ちを受け止め、代弁してあげましょう

気持ちを受け止めてもらったという体験を繰り返すことで少しずつ落ちついてきます。「もっと遊んでいたかったんだね。」など気持ちを代弁してあげましょう。

☆違う部屋や外に出て、気分を変えましょう

場所を変えることは気持ちを切り替えるきっかけになります。また、おもちゃなどで誘って注意をそらすのもよいです。落ちついたら、「〇〇して遊ぼうか」と声をかけてみましょう。

☆本人に選ばせてみましょう

少しイヤイヤが落ちついたタイミングで「どっちの靴がよい？」など自分で選んでもらうと、自分で選んだ満足感から気持ちが切り替えやすくなります。



もっと遊び
たかったね

どっちが
よい??

お父さん、お母さんの健康管理

イヤイヤ期の対応などお父さん、お母さんも育児の中でイライラすることもあるでしょう。冷静さを保ちながら、子どもを叱ることができるようにそのヒントをご紹介します。親も人間ですから感情的に怒ってしまうこともあります。そんなときは素直に謝りましょう。

☆怒りやすい状況を変える

同じ状況で怒ることが多いのであれば、その状況が起こらないように工夫してみましょう。まずはどのような状況で自分が怒りやすいか思い出してみましょう。

例1) お菓子売り場の前でだだをこねる ⇒ お菓子売り場の前を通らないようにする。

例2) 自分で食べると床にご飯が落ちて片付けが大変 ⇒ 事前に新聞を敷いておく。



☆プラスの思考に方向転換する

子どもの失敗やかんしゃくも、成長している証と思えると少し怒りが和らぐかと思います。かんしゃくも「自己主張ができるようになった。成長だ。」等プラスの思考で捉えられるとよいでしょう。

☆ストレスの軽減を図る

自分に気持ちに余裕がないと、子どもの言動に怒りを感じやすくなります。自分なりのストレス軽減方法を考えてみましょう。人に話を聞いてもらうことも良いことです。保健センターでは随時相談を受けつけております。お気軽にご相談ください。