

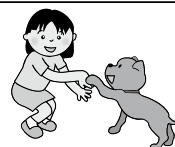
活用例3 (小学校)

子供の育ちや学びが積み重なっていくよう、入学時の学習や生活に配慮するとともに、スタートカリキュラム作成時に参考にしましょう。

★乳幼児期に「どのような体験をし、どのような力が育っているのか」「園は子供の育ちを促すためにどのような指導をしてきたのか」などを理解するためのツールとして活用しましょう。

＜例示…生活科「栽培活動」＞

「8自然との関わり・生命尊重」
指導資料39ページより抜粋

6歳 小学校入学後	<p>子供の育ちの姿</p> <ul style="list-style-type: none"> 季節によって自然が変化することに気付く。 よりよい飼育栽培の仕方を考え、継続性をもって行う。 愛情をもって世話をする中で、命の尊さに気付き、いたわったり、大切にしたりする。 自然の美しさ・不思議さなどに気付き、興味をもって見たり触れたりする。 身近な動植物に親しみ、生命を大切にする。 	<p>環境構成や援助のポイント</p> <ul style="list-style-type: none"> 自然(紅葉・氷・霜など)が変化したチャンスを見逃さず、自分たちの遊びや生活に取り入れる。 子供の興味関心に応じて、絵本や図鑑で調べたり、いろいろな教材や施設を活用したりして、身近な事象や動植物と関わりを深めることができるように援助する。 生き物の生死を通して命の大切さを知らせたり、誕生の喜びを感じ取らせたりする。 動植物との触れ合いや飼育栽培を通して芽生える愛情や慈しみの心を大切に育てていくようにする。 	<p>家庭に伝えるポイント</p>  <p>○親子で身近な動物や虫の世話や飼育をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> 飼育物の死に際しては、どうして死んでしまったのか考えたり、かわいそうという気持ちを家族で共有したりする。
	7歳	<p>子供の育ちの姿</p> <ul style="list-style-type: none"> 自然の事象や現象について関心を持ち、その理解を確かなものにしていく。 生命あるものを大切に、生きることの素晴らしさの自覚を深める。 	<p>指導のポイント</p> <ul style="list-style-type: none"> 動物を飼ったり植物を育てたりする活動を通して、それらが育つ場所、変化や成長の様子に関心をもって働きかけることができ、それらは生命をもっていることや成長していることに気付くとともに、生き物への親しみをもち大切にしようとする気持ちを育てる。 生きることの素晴らしさを知り、生命を大切にすることができるようにする。

＜その他活用の場面＞

- ・スタートカリキュラムの見直しを図る際に
- ・特に低学年において、子供理解を進める際に
- ・保護者と乳幼児期の子供の育ちや学びを共有する際に

活用例4 (園・学校)

合同研修等において、幼児期の教育や「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿」について共有しましょう。

★10項目ごとに示す子供の育ちの姿は、幼児教育において育みたい資質・能力「知識・技能の基礎」「思考力・判断力・表現力等の基礎」「学びに向かう力・人間性等」が育まれていく姿を具体化したものです。指導資料を活用することで、幼稚園・認定こども園・保育所等の先生と小学校の先生が子供の姿の有り様を共有し、子供の育ちや学びをつないでいきましょう。

＜活用の場面＞

○子供の交流

- ・生活科、行事等の交流計画立案時や反省時 など

○教職員の交流

- ・合同研修、連絡会実施時
- ・保育参観(参加)、授業参観(参加)実施時 など



5 環境構成や援助及び家庭に伝えるポイント

I 自分のことを自分でする力

1 健康な心と体

園・所の生活の中で、充実感をもって自分のやりたいことに向かって心と体を十分に働かせ、見通しをもって行動し、自ら健康で安全な生活をつくり出すようになる。

① 睡眠

要領・指針のねらい・内容との関連	乳児	健やかに伸び伸びと育つ③-④①
	1歳以上3歳未満児	健康③-②
	3歳以上児	健康③-⑥

年齢の目安

0歳

子供の育ちの姿

- 短い睡眠を何回も繰り返す。(生後～4か月頃)
- 昼間の睡眠時間が減る。(2か月～4か月頃)
- 睡眠は午前と午後の2回になり、規則的になる。(5か月頃)

環境構成や援助のポイント

- 家庭で十分な睡眠が確保できなかった日は、園・所での過ごし方に配慮する。
- 散歩や日光浴など、なるべく午前中の戸外活動を大切に。 (日中太陽の光をしっかりと浴びることがメラニンの分泌を高める。メラニンの不足は情緒の安定に影響が出る。)
- SIDS (乳幼児突然死症候群) の防止のチェックを5分置きにする。
- 子供一人一人の成長に合わせて、その日の体調などを考慮した上で安心して眠ることのできる安全な睡眠環境を確保する。

家庭に伝えるポイント

- 生活リズムの中でも、特に睡眠は心身の健康に重要な意味をもつ。乳幼児期に身に付いた早寝早起きの習慣は、一生の健康の源となる。
- 家庭では乳児の生活リズムに合う睡眠時間を保障する。(育ちの姿を目安とする。)
- 子供が自ら起床する習慣が身に付くよう、カーテンや窓を開け、光を入れて起こす。(朝の光が一日のスタートを体内に意識させ、体内時計を24時間にリセットする。)

*「家庭に伝えるポイント」の○印の内容は、「はましくファイル・ノート」“家庭で大切にしたい子育てのポイント”の睡眠に記載されているもの。

1歳

子供の育ちの姿

- 午前睡がなくなり、午後の一定時間睡眠をとるようになる。
- 夜間にまとまった睡眠をとる。
- 睡眠が安定して機嫌よく目覚める。

環境構成や援助のポイント

- 18か月頃までは、必要に応じて午前・午後2回の午睡が取れるようにする。その後は一日1回となるようリズムをつくっていく。
- 夜の睡眠を妨げないように、午睡の時間に配慮する。



家庭に伝えるポイント

- 静かで安心できる環境をつくる。(就寝前は、電気の光やテレビの音等強い刺激を避け、静かな時間をもち布団に入る流れをつくる。)
- 時間にゆとりをもって子供の入浴を済ませることが大事である。
- 昼寝の時間を決めて一日の生活のリズムを整える。
- 子供と一緒に添い寝をする大切さを伝える。

2歳

子供の育ちの姿

- 眠気を感じ、寝ようとする素振りを見せる。

環境構成や援助のポイント

- 発達に応じて、戸外での活動時間を十分に保障し、内容が活発になるよう工夫する。
- 午睡前にトイレに行くよう促す。

家庭に伝えるポイント

- 冷たい水で顔を洗うことが、交感神経を優位にし、よい覚醒ができるようになる。
- カーテンを開け太陽の光を部屋の中に入れる。

子供の育ちの姿

環境構成や援助のポイント

家庭に伝えるポイント

- ・自分から寝たり起きたりしようとする。

- ・早寝早起きの大切さについて子供も関心もてるように話す。

- 家族で早寝早起きをする。
(一定の時間に起床、就寝する環境を整えることが大切なため、家族で取り組むと習慣化しやすい。)



子供の育ちの姿

環境構成や援助のポイント

家庭に伝えるポイント

- ・午睡をしなくても夜まで過ごせる。

- ・その日の活動内容に応じて疲れや眠さが見られるときは、体を休める環境も用意する。

- 気持ちよく目覚められるよう午後8時から午後9時ごろには、就寝させる。
(起床は午前6時が望ましい。)



子供の育ちの姿

環境構成や援助のポイント

家庭に伝えるポイント

- ・早寝早起きの時刻が分かり、意識して早寝早起きをしようとする。
- ・早寝早起きをする。

- ・睡眠のリズムが整ってくると、子供自身が健康に1日を送れることが分かるので、そのことに共感していく。

- 子供自身が早寝早起きを意識するよう励ます。(就学に向けた生活づくりを心掛けることが大切である。早寝早起きができるときは、家族や周りの人たちが認め、自信につなげる。)

子供の育ちの姿

指導のポイント

家庭に伝えるポイント

- ・時刻を意識しながら、自分で就寝の準備をしたり、見通しをもって自分で起き、身支度をしたりする。

- ・早寝早起きの大切さと共に、理想的な睡眠時間についても話し、就寝時刻や起床時刻に見通しがもてるようにする。

- ・家庭では睡眠時間を意識しながら、生活リズムを整え、自分の就寝の準備や身支度ができる環境をつくる。

ポイント 生活リズムは、大人が意識して作る事が大切です!

【はますくファイル】51ページより

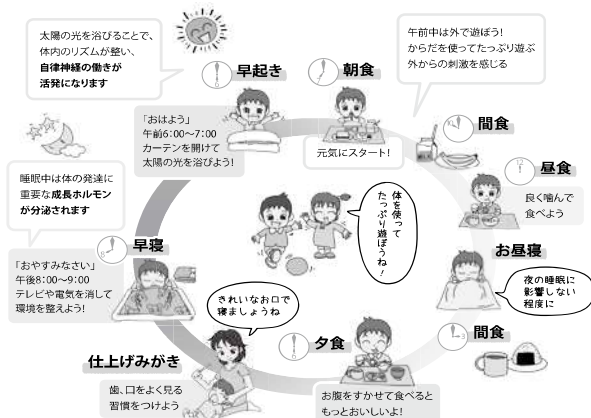
(はますくノート36ページ)

○睡眠中は、体の発達に重要な成長ホルモンが分泌されます。

⇒テレビや電気を消して環境を整えよう!

★太陽の光を浴びることで、体内のリズムが整い、自律神経の働きが活発になります。

⇒カーテンを開けて太陽の光を浴びよう!



I 自分のことを自分でする力

1 健康な心と体

園・所の生活の中で、充実感をもって自分のやりたいことに向かって心と体を十分に働かせ、見通しをもって行動し、自ら健康で安全な生活をつくり出すようになる。

② 食事

要領・指針のねらい・内容との関連	乳児	健やかに伸び伸びと育つ③-①③
	1歳以上 3歳未満児	健康③-④
	3歳以上児	健康③-⑤

年齢の目安
0歳
1歳
2歳
3歳

子供の育ちの姿

- 定期的に授乳されることで満腹感、空腹感を体感する。
- ゆったりとした雰囲気の中で授乳されることで空腹感が満たされる。
- 離乳食を食べる。
- つぶして飲み込むことを覚える。
- 様々な食品に少しずつ慣れ、食べる。

環境構成や援助のポイント

- 授乳は、しっかり目覚めてから、ゆとりをもって行う。また、笑顔で声を掛け、目を合わせながら授乳する。
- 口の中ですりつぶして飲み込むことが大切なため、与えるペースに配慮する。
- 離乳食の進め方は家庭と相談しながら進めていく。

家庭に伝えるポイント

- 子供に笑顔で声を掛け、目を合わせて授乳する。
- 子供の食に対する相談に乗り不安を軽減する。
- 授乳と離乳食は、時間を決めて食べさせる。



*「家庭に伝えるポイント」の○印の内容は、「はますくファイル・ノート」“家庭で大切にしたい子育てのポイント”の「食事」に記載されているもの。

子供の育ちの姿

- 歯茎で噛んで食べる。
- スプーンを使って少しずつ食べようとする。
- 自分の意思で食べたり食べなかったりする。
- 様々な食品や調理形態に慣れ、ゆったりとした雰囲気の中で食事や間食を楽しむ。

環境構成や援助のポイント

- 完了期に移行する中で、様々な食品に慣れるようにする
- 一口サイズで食べられるものを用意し、自分で食べたいという意欲を大切にす。
- 好き嫌いに対しては、調理方法を工夫したり無理強いしないで保育者がおいしそうに食べる姿を見せたりし、食べ物に興味をもてるようにする。
- 自分で食べようとする気持ちを大切に、スプーンなど興味をもった用具を自由に持って食べる姿を認めていく。使うことに飽きてきたら、保育者が援助する。
- 自ら食べたことを一緒に喜び、ある程度の一定量を食べられるようにする。

家庭に伝えるポイント

- 子供が自分で手づかみで食べようとすることは、食べる楽しさにつながっていくことを伝える。
- 決まった時間と場所で、毎日朝食を食べる。
- 汚れてもよい環境を整え、食べる意欲を認める。
- テレビを消し、携帯電話は控え、家族で一緒に食事をする。
- 食事前に間食はしない。(おやつ時間を決める。)



子供の育ちの姿

- 和やかな雰囲気の中で食べる喜びや楽しさを味わう。
- スプーンなどの使い方が上達し、自分で食べる意欲が高まって最後まで食べる。
- 食事の挨拶を知る。
- 箸に興味をもち、使ってみようとする。

環境構成や援助のポイント

- 保育者が、箸の正しい持ち方の手本を示すと共に、個人差を考慮し、無理強いしないようにする。

家庭に伝えるポイント

- 「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶は大人が率先して行う。
- 箸の正しい持ち方を示す。

3歳

子供の育ちの姿

- いろいろな食べ物への興味や関心が高まり、自分から食べようとする。

環境構成や援助のポイント

- 「この〇〇はおいしいね」と共感し、興味や関心をより高める。
- 野菜を育てたり、収穫したりする体験を通し、食べる喜びにつなげていく。

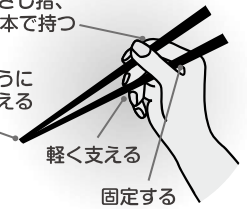
家庭に伝えるポイント

親指と人さし指、中指の3本で持つ

閉じたとき先が合うように長さをそろえる

軽く支える

固定する



4歳

子供の育ちの姿

- 友達と会話を楽しみながら食べる。
- 箸が上手に使えるようになる。
- 食事のマナーを覚え守ろうとする。

環境構成や援助のポイント

- 保育者や友達と楽しく食事が出る雰囲気づくりをする。
- 箸を正しく持っているか確認し、個別に援助をする。

家庭に伝えるポイント

- 季節の食材、具たくさん汁物など栄養バランスを考えた食事を作り、家族も一緒においしそうに食べる。

5歳

子供の育ちの姿

- 体にとって食べることの大切さを知る。
- 食べる喜びを知り、楽しく食事をする。

環境構成や援助のポイント

- 朝食は一日の活力源であり、毎日取ることの大切さを教える。
- 野菜、果物の栄養価や体への影響についても伝える。
- 食事をつくってくれた人や、食べられることへの感謝の気持ちをもたせる。

家庭に伝えるポイント

- 栽培や収穫、手伝いや親子クッキングなど家庭で楽しい雰囲気をつくり、食べ物への興味関心を高める。



6歳

子供の育ちの姿

- 様々な食べ物を食べたり、みんなで食事をしたりすることで、食べる喜びを知ったり、マナーや食べる時間を意識したりする。

指導のポイント

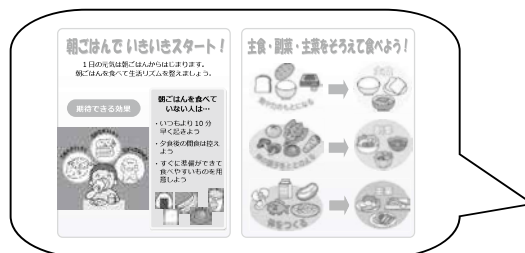
- 自分のことだけでなく、作ってくれている人や共に食事をする人のことについても意識できるようにする。

家庭に伝えるポイント

- 家庭で食材の買い物や食事に関する手伝いをする機会を作ったり、楽しく食事をする雰囲気を作ったりする。

7歳

小学校入学後



朝ごはんの役割ってなあに？

朝ごはんは、体と脳の「目覚ましスイッチ」の役割。家族みんなで毎日楽しく朝ごはんを食べて、元気な1日をスタートさせましょう！

朝ごはんを食べるとこんなにいいことがある

- 脳や体にエネルギーが補給される
- 胃腸が刺激されて動きが良くなる
- 体温が上がり、体の動きが活発になる
- 生活習慣病や肥満を予防する



【はますくファイル】51ページより
(はますくノート36ページ)

朝ごはんは大事なのじゃ！



I 自分のことを自分でする力

1 健康な心と体

園・所の生活の中で、充実感をもって自分のやりたいことに向かって心と体を十分に働かせ、見通しをもって行動し、自ら健康で安全な生活をつくり出すようになる。

③ 排せつ

要領・指針のねらい・内容との関連	乳児	健やかに伸び伸びと育つ③-①⑤
	1歳以上3歳未満児	健康③-⑦
	3歳以上児	健康③-⑦

年齢の目安

0歳

子供の育ちの姿

- ・おむつを換えてもらい、清潔になることの心地よさを感じる。

環境構成や援助のポイント

- ・おむつは、こまめに換え、「換えると気持ちがいいね」と交換した気持ちよさを言葉に伝える。

家庭に伝えるポイント

- おむつが濡れたら声を掛け、こまめに換える。清潔であることの心地よさを感じられるようにする。
- ・おむつを換えながら歌を歌ったり話しかけたりする。



*「家庭に伝えるポイント」の○印の内容は、「はますくファイル・ノート」“家庭で大切にしたい子育てのポイント”の「排せつ」に記載されているもの。

1歳

子供の育ちの姿

- ・おむつが濡れたことを大人に知らせるようになる。
- ・尿意、便意を感じ、排せつの前にいつもと違う様子を見せる。

環境構成や援助のポイント

- ・排尿間隔が2時間位あき、おむつが濡れていないことが増えたら、生活の節目でトイレトレーニングを始める。
- ・無理強いせず、成功したら一緒に喜ぶ。
- ・排尿、排便後手伝ってもらい手を洗う。
- ・排せつの間隔が決まり始め、尿意や便意の合図が保育者に伝わるようになってきたら、おむつを外してトレーニングパンツへ移行していく。

家庭に伝えるポイント

- ・子供が尿意、便意を感じていることを見逃さないようにする。
- 子供の排尿間隔をつかんで、トイレに誘い、出たら褒める。

2歳

子供の育ちの姿

- ・おまるや補助便座に座れるようになるが、おむつやパンツを濡らすこともある。
- ・トイレに行き大人に手伝ってもらいながら自分でしようとする。
- ・排せつを事前に知らせる。
- ・パンツやズボンを自分で脱いで排泄する。
- ・排尿の後、後始末をしようとする。
- ・男の子は立ってする。

環境構成や援助のポイント

- ・常にトイレの安全や清潔に気を配り、安心して使えるように環境を整える。(かわいい絵で示す。)
- ・焦らずに一人一人の生理的な成長を見極め自立を待つこと、失敗しても決して叱らず、励ましていくことが大切である。
- ・排尿の後始末の仕方を教える。

家庭に伝えるポイント

- ・焦らず根気よくトレーニングを進める。
- 子供がお漏らししたときには、叱らずに着替えさせ、気持ちよさを知らせる。(叱ることは逆効果であることを伝える。)

3歳

子供の育ちの姿

- 尿意を知らせ、トイレでの排せつが定着する。
- トイレでの排せつに慣れ、衣類を汚さず、大人の介助なしで排尿ができるようになる。

環境構成や援助のポイント

- 個々の様子を見ながら、衣服を全部脱がずに排せつすること、男の子は、立って排尿することを教えていく。

家庭に伝えるポイント

- 家庭で時間にゆとりをもち、朝排便するようにする。
- 家庭に生活のリズムを規則正しくしていくことで朝の排便の習慣が付いていくことを伝える。



子供の育ちの姿

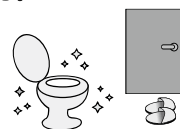
- 大便後の始末が介助なしで出来るようになってくる。

環境構成や援助のポイント

- 朝、大便をすることがなぜよいのかを、紙芝居などを使って分かりやすく伝える。
- トイレを使うマナーについて具体的に繰り返し伝え、確認をする。できたときは褒め、習慣付くようにする。
 - スリッパを履く。
 - 他人が入っていないか確かめる。
 - 便器の中に用をたす。
 - 紙できれいにふく。
 - 紙は、適量使用する。
 - 用便後は、水を流す。
 - 手洗いをきちんとする。
 - スリッパを揃えて脱ぐ。 など

家庭に伝えるポイント

- 子供に大便後のふき方やトイレの使い方、使用後のマナーを教える。
- 子供が公共の場でのトイレにも慣れるよう外出の際の使用の奨励をする。



子供の育ちの姿

- 見通しをもって自分で判断して排せつに行く。
- 和式のトイレも使えるようになる。
- 排せつの後始末が上手にできるようになる。
- 排せつの習慣を身に付ける。

環境構成や援助のポイント

- 大人が傍につき、和式トイレの使い方について伝えていく。

家庭に伝えるポイント

- 子供を和式のトイレがある場所に連れて行き、数多く経験する。

子供の育ちの姿

- 学校のトイレに慣れ、トイレの使い方や使用後のマナーについて意識しながら自分で排せつする。

指導のポイント

- 自分が使うことだけでなく、次に使う人や清掃してくれる人の存在について知らせ、マナーを意識できるようにする。

家庭に伝えるポイント

- 公共の場でのトイレの使い方や使用前後のマナーについて教える。

I 自分のことを自分でする力

1 健康な心と体

園・所の生活の中で、充実感をもって自分のやりたいことに向かって心と体を十分に働かせ、見通しをもって行動し、自ら健康で安全な生活をつくり出すようになる。

④ 清潔

要領・指針のねらい・内容との関連	乳児	健やかに伸び伸びと育つ③-①⑤
	1歳以上3歳未満児	健康③-⑤
	3歳以上児	健康③-⑦⑨

年齢の目安

0歳

子供の育ちの姿

- 大人に、体や衣服を清潔にしてもらい、心地よく過ごす。

環境構成や援助のポイント

- 優しく声を掛けながら、汚れをふいたり、沐浴させたりして、清潔にもらっていることに嬉しさを感じられるようにする。
- 沐浴は子供と目を合わせ優しく語りかけながら行う。

家庭に伝えるポイント

- 〇こまめに着替えたり、体をふいたりして清潔にする。
- 〇体を清潔にすることは健康と子供の感覚諸機能の発達を促進していくために必要であることを伝える。
- 〇家庭でも沐浴入浴をする時は、子供と目を合わせながら優しく語りかけながら行う。

*「家庭に伝えるポイント」の〇印の内容は、「はますくファイル・ノート」“家庭で大切にしたい子育てのポイント”の清潔に記載されているもの。

1歳

子供の育ちの姿

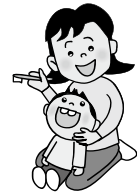
- 〇言われると手のきれい、汚いかわかる。
- 〇大人と一緒に手を洗う。
- 〇手伝ってもらいながら顔を拭いたり歯磨きをしたりする。

環境構成や援助のポイント

- 〇手洗いの仕方は、やって見せ教える。
- 〇歯ブラシの使い方や歯の磨き方、石鹸の使い方や手の正しい洗い方などの手本を示しながら、繰り返し教え見届けていく。
- 〇汚れたら嫌がらずにきれいにしてもらおう。
- 〇鼻汁が出たらふいてもらおう。

家庭に伝えるポイント

- 〇洗髪・爪切り・耳掃除は、大人がやる。
- 〇歯の生え始めは、ガーゼでふく。(乳歯の虫歯は永久歯に影響するので気を付けるようにする。)



- 〇家庭でもトイレ後おやつ食事の前の手洗いをしっかりする。

2歳

子供の育ちの姿

- 〇手洗いを自分からするようになる。
- 〇大人と一緒に歯を磨く。

環境構成や援助のポイント

- 〇うまくいかないときには、無理強いせず、やる気を育てていくことを大切にし、様子に合わせて援助したり見守ったりしていく。
- 〇手洗いの援助は年齢に合わせて変える。
- 〇促されて石鹸で手を洗う。
- 〇促されて鼻汁を拭こうとする。
- 〇衣服の汚れたところを知らせ、替えてもらう。

家庭に伝えるポイント

- 〇子供が歯磨きをした後、仕上げ磨きをする。(就学前までは、大人が歯の仕上げ磨きをすることが望ましい。)

3歳

子供の育ちの姿

- 自分で歯を磨く。
- 鼻水が出ると自分でティッシュを使ってふいたり、かもうとしたりする。
- ブクブクうがいとガラガラうがいの区別が分かる。
- 用途に合わせてうがいをする。

環境構成や援助のポイント

- 自分で出来た喜びが味わえるようにする。
- 鼻水をふくとき、手や洋服を使わずに、ティッシュを使うことや方法をその都度知らせる。
- うがいの仕方は視聴覚教材などを利用し、分かりやすく知らせる。

家庭に伝えるポイント

○親が手伝ったり、仕上げをしたりして、きれいになる心地よさを感じさせる。
 (清潔に関すること全般に言える。)



子供の育ちの姿

- 自分で顔を洗う。
- 鼻をかむことができる。

環境構成や援助のポイント

- 片方ずつ鼻を押さえてかむ方法を示してやりながら、個別に見届けていく。

家庭に伝えるポイント

○家庭でやり方を教えながら、子供が自分でやる様子を見届ける。

子供の育ちの姿

- 自分から気付いて清潔にしようとする。
- 体が汚れたら、自ら洗ったりふいたりする。
- 体を清潔にする気持ちよさが分かる。

環境構成や援助のポイント

- 体を清潔にすることは自分の体を大切にするとともに、集団生活をする上でのマナーやエチケットにつながることに気付かせる。
- 自分から気付いて清潔にしようとし、できたことを認めていく。

家庭に伝えるポイント

○体を清潔にすることは健康のために必要だということを教える。



子供の育ちの姿

- 自分から進んで清潔にする。
- 体を清潔にすることは、健康で安全に生活することにつながることを意識する。

指導のポイント

- 体を清潔に保つことと健康や安全とのつながりを具体的に示す。

家庭に伝えるポイント

• 体を清潔に保つために生活環境を整える。また、家庭生活の中で、体の清潔に関わることについて、示したり見届けたりする。

I 自分のことを自分でする力

1 健康な心と体

園・所の生活の中で、充実感をもって自分のやりたいことに向かって心と体を十分に働かせ、見通しをもって行動し、自ら健康で安全な生活をつくり出すようになる。

⑤ 着脱

要領・指針のねらい・内容との関連	乳児 1 歳以上 3 歳未満児 3 歳以上児	健やかに伸び伸びと育つ③-①⑤ 健康③-⑥ 健康③-⑦
------------------	------------------------------	-----------------------------------

年齢の目安

0歳

子供の育ちの姿

・大人に着替えさせてもらう。

環境構成や援助のポイント

・着替えが心地よいものだと感じられるような言葉掛けをしながら行う。

家庭に伝えるポイント

○着脱しやすく、動きやすい衣服を用意する。

*「家庭に伝えるポイント」の○印の内容は、「はますくファイル・ノート」「家庭で大切にしたい子育てのポイント」の「着脱」に記載されているもの。

1歳

子供の育ちの姿

・自分の衣類が分かるようになる。
・パンツや靴下を脱ごうとする。
・簡単な衣類を脱ごうとする。

環境構成や援助のポイント

・「ばんざいして」「ここが（手を通す）トンネルだよ」など声を掛けながら着脱の仕方を知らせる。
・歩行がしっかりし始めたら、膝に座らせズボンをはかせる。後ろから手を添えて助力するとよい。
・着替えは子供との共同作業と思い、一つ一つ言葉で伝える。

家庭に伝えるポイント

○服の着脱の仕方を教える。（園での援助のポイントを伝える。）
○着替えがうまくできないときには、子供のできるところまで手伝い「ここまでできた」という気持ちを育てることが大切である。



2歳

子供の育ちの姿

・指先がうまく動かせるようになり、大人の助けを借りながら自分で着替えたがるようになる。
・パンツやズボンを自分で脱ぐ。
・自分で靴を履く。

環境構成や援助のポイント

・初めは比較的簡単にできるパンツやズボンを下げることから始める。
・自分でしようとする気持ちや子供一人一人のペースを大切にし、できるところを見守ったり、できないところは一緒に手伝ったりして子供のやる気を認めていく。

家庭に伝えるポイント

○時間がかかっても「自分でできた」喜びややり遂げた満足感を味わえるよう見守る。
・家庭に子供の着脱しやすい物を用意してもらう。
・はきやすい靴を用意する。



3歳

子供の育ちの姿

- ボタンをはさず、かけることができ、一人で着替えられるようになる。
- 大人と一緒に、脱いだ服の裏返しを直す、たたむ。
- 前後左右を間違えないで服を着たり、靴を履いたりする。

環境構成や援助のポイント

- 子供と向かい合い、保育者の手元を見せる。
- やり終えるまで見守り、自分でできたことを認め、励ますことで、自信につなげる。
- 靴や服の前後左右が意識できるようにする。

家庭に伝えるポイント

- 家庭で衣服（タオル、ハンカチ、靴下等）をたたむ手伝いをすると経験を積むことができる。
- 前後や左右の目印を付けたり、着る前に確かめることを習慣付けたりすることが大切である。

子供の育ちの姿

- 衣服の着脱を手順よくし、たたんだり、揃えたりできるようになる。

環境構成や援助のポイント

- 身の回りのことが手順よくできているか、また、段取りよくできているかを確認して子供自身にも気付かせる。
- 身だしなみ（シャツが出ていないか、ポケットが裏返っていないかなど）に自分で気が付くよう声を掛ける。

家庭に伝えるポイント

- 明日着る服を自分で用意させる。（一緒に行ったり、見届けたりすることで少しずつできるようにする。）



子供の育ちの姿

- いろいろな場や活動に合わせて衣服に着替える。
- 気温に合わせて衣服の調節ができるようになる。
- 自分で衣服の始末をする。

環境構成や援助のポイント

- 遊びや活動、寒暖に応じた服装があることを知らせ、「半ズボンに替えよう」「寒いから一枚着よう」などの声を掛ける。

家庭に伝えるポイント

- 気候や体調に合わせて、衣服の調整をする大切さを伝える。

子供の育ちの姿

- 場や目的に応じて、自分で衣服を着脱したり整えたりする。

指導のポイント

- 場や目的に応じた衣服の着脱について考えたり話し合ったりする。

家庭に伝えるポイント

- 場や目的に応じて、衣服を選んだり調整する大切さを伝えたりする。

I 自分のことを自分でする力

1 健康な心と体

園・所の生活の中で、充実感をもって自分のやりたいことに向かって心と体を十分に働かせ、見通しをもって行動し、自ら健康で安全な生活をつくり出すようになる。

- ⑥ 外遊び・体作り
- ⑦ 安全
- ⑧ 物の扱い

要領・指針のねらい・内容との関連	乳児 1歳以上 3歳未満児 3歳以上児	健やかに伸び伸びと育つ②-①② 健康②③-①②③ 環境②-④ 健康②③-②③⑥⑧⑩ 人間関係③-⑫ 環境②-⑦
------------------	---------------------------	---

年齢の目安

0歳

子供の育ちの姿

- ・手に触れた物を何でも口に入れたり、なめたり、落としたり、投げたりする。
- ・寝返り、はいはいなどができるようになる。
- ・伝い歩きからひとり歩きができるようになる。
- ・安心できる保育者に守られながら安全に避難する。



環境構成や援助のポイント

- ・発達に応じた1日の生活の流れを作る。
- ・園外に出掛けるときは、天候や気温、安全面などに配慮する。
- ・転落・誤飲・火傷等危険のないよう、常に目と気を配る。
- ・一人一人の健康状態を把握し、子供の要求に対し、信頼と思いやりをもって応答する。
- ・探索活動が活発にできるようにする。
- ・はう、立つ、歩くなど十分に体を動かすことのできる空間を確保するとともに、子供の個人差や興味、関心に添った保育室の環境を整える。

家庭に伝えるポイント

- ・睡眠、離乳食、入浴など乳児の生活リズムを整えることを心掛ける。
- 散歩に出掛ける。
(語り掛けを十分に楽しさを共有する。天候や気温などに注意する。)
- 子供のはいはいの目線で安全点検をする。(赤ちゃんの行動範囲内に口に入るもの、舐めてはいけないものなどを置かない。)

*「家庭に伝えるポイント」の○印の内容は、「はますくファイル・ノート」“家庭で大切にしたい子育てのポイント”の「外遊び・体作り」[安全]に記載されているもの。

1歳

子供の育ちの姿

- ・一人歩きができるようになり、自分の意思で自由に動く。
- ・戸外に出て遊びたがる。
- ・探索活動が活発になるが、危険に対して未熟である。
- ・体のバランスをとり、安定した姿勢で歩行する。
- ・足腰がしっかりして動きが早くなる。
- ・走ることができる。
- ・順番が分かる。
- ・自分の物が分かる。

環境構成や援助のポイント

- ・一人一人の生活リズムを大切に、ゆとりをもった生活をする。
- ・体を使って動くことが心地よさや喜びをもたらすような活動や環境を用意する。
- ・探索活動が活発になるため、危険がないように見守る。
- ・わらべ歌など大人が歌って聞かせ、それに合わせて体の動きを楽しむ。
- ・周りの景色など自然の心地よさを感じさせる。
- ・危険なことは、はっきりと教える。
- ・危険箇所を把握したり、園外保育では、事前に下見をしたりして安全に遊べるようにする。
- ・自分の物が分かるよう、物や置き場所に目印をつける。

家庭に伝えるポイント

- ・規則正しい生活を送る。
- ・親子の触れ合いを大切にする。
- 危険なことを、はっきりと教え、注意をする。
- 親子で、戸外に出て体を動かすことを楽しむ。



2歳

子供の育ちの姿

- ・周りの様子が気になり、合わせて移動しようとする。
- ・今何をする時かが保育者の促しにより分かる。
- ・高いところやでこぼこ道などを歩いたり、段差のあるところを飛んだりして楽しむ。
- ・探索活動がより一層活発になる。
- ・遊んだ後の片付けをする。
- ・衣服や所持品の始末を自分でやろうとする。
- ・安心できる保育者と一緒に避難訓練に参加し災害時の避難の仕方を知る。

環境構成や援助のポイント

- ・1日の生活を楽しむことを大切にしながら、決められた時間や大まかな時間の流れがあることにも気付かせる。
- ・登る、跳ぶ、降りる、走る、探す、押す、引くなどの要素を取り入れた環境構成をし、全身を使う遊びが十分楽しめるようにする。
- ・全身だけでなく、手や指を使う遊びを多く取り入れる。
- ・自分でしようとする気持ちを十分認める。
- ・子供が活動したり片付けたりしやすいように絵カードなどを活用し、元の場所に片付けることを知らせる。
- ・一緒に片付けをして「きれいになったね」「気持ちいいね」など、片付けた後の心地よさを知らせる。
- ・服をたたむ、かばんを掛けるなど始末の仕方を知らせ、大切に扱えるようにする。

家庭に伝えるポイント

- 行動範囲の広がる歩き始めは、より注意して子供の目線で確認をする。
- ・ルールがあることを伝える。
- ・遊具・用具の使い方が身に付くまでは、一緒にやって見せ、焦らず繰り返し教える。
- ・探索活動がいかに必要かを親に伝える。
- 片付け場所を決め、使ったら元に戻す習慣をつける。
- 時間や気持ちにゆとりをもち、親子で一緒に片付けをする。
- ・楽しく片付けができるように工夫し、自分で片付けが出来たときには褒める。

3歳