



ふじえだマナーブック  
(乳幼児期)

対象  
0歳～小学校  
入学前



生まれて  
きてくれて  
ありがとう

# えだっ子の 一歩



あなたの子育てのヒントがここにあります

藤枝市のママ・パパ  
3,316人の声から  
つくりました

藤枝市

# 3つの ふれあいを 大切に



## 藤枝市の子育て支援センターのご紹介

※地区毎に表示しましたが、どの施設に行っても、相談してもかまいません。

(電話での相談も可能です)

ゆったりとした気持ちで赤ちゃんを抱いて、笑顔で赤ちゃんの目を見つめてあげましょう。

赤ちゃんはお母さんの眼差しから愛されていることを感じ心が安定していきます。



### ★スキンシップをとる

言葉も大切ですが「抱きしめる」ということを私の両親はしてくれました。

心が通じると安心するんですね。

★一生懸命話をする子を膝の上ののせて耳を傾け、じっくり話を聞いてあげようとしているお母さん。見習いたい!

★まだ話せない乳幼児期の頃よりたっぷりの言葉がけ…。

★寝顔を見られるだけで、「今日もありがとう」とうれしくなります!

★生まれてから何かひとつできるたびに(笑う、ハイハイ等)それだけで常に感動!うれしいことばかりです。



【瀬戸谷・稲葉地区】

めだかつこ (藤枝保育園内)

にここ広場 (青島北公民館内)

☎270-7381

☎645-2525

# 子どもは ひとりひとり 違う



- ♥ 育児書に書かれている成長や発達  
はあくまで目安です
- ♥ 子どもの成長のペースは「個性」  
のひとつです
- ♥ 他の子と比較するのではなく、長い  
目で子どもの発達を見守りましょう



乳幼児健診や公園などで、同じくらいの年齢の子どもを見ると、どうしても自分の子どもと比べて「小さい」とか悩んだりしてしまうことはありませんか。でも、赤ちゃんはその子なりの成長をしています。

赤ちゃんの人生は始まったばかりです。この時期での発達の早い、遅いは将来的にはほとんど問題になりませんが、ちょっと気になると感じたら気軽に子育て支援センターや保育園、幼稚園に相談してみましょう。



★「できてあたりまえ、できるようになることがあたりまえ」と考えるよりも、「**できるようになれるとうれしいね**」とその時が来るのを待っているという気持ちで子育てしていくことが大切だなと思う。

★自分でできることが増えていく姿を見ると「**成長したなあ〜**」と、**うれしく**なります。

★日々の成長を間近で感じられ、**母親にしてもらったことに毎日感謝**です。



## 【葉梨・藤岡地区】

めだかつこ（藤枝保育園内）

☎270-7381

エンジェルルーム（藤枝聖マリア保育園内）

☎638-2941

## 【広幡地区】

ふれあいルーム（たちばな保育園内）

☎644-2522

エンジェルルーム（藤枝聖マリア保育園内）

☎638-2941

# 心の キャッチボールが 親子の絆

- 赤ちゃんはしゃべれなくても発信しています
- 赤ちゃんからの発信を受け止めて、返していくこと（キャッチボール）が大切です
- たくさんの心のキャッチボール体験が愛着（安心感と信頼感）を育てます



赤ちゃんは、泣いて不安感を訴えた時に信頼できる人に抱っこしてもらったり、しがみついたりすることで不安がなくなり安心することができます。それを繰り返すことにより、自分は常に守られている、困ったことがあっても大丈夫と感じられる関係ができ、愛着は形成されます。



★「たくさんの愛情を注いであげると、あふれた愛情を他の人に分けてあげる子どもになるよ」という話を聞き、この言葉をいつも心にとめていきます。



★まだ、言葉がはっきりと出てくる前の1歳過ぎ頃、いろいろな物や絵本を指をさしながら「見て！見て！」と親に見てもらおうとする姿から、子どもの世界がどんどん広がっていくことを実感。

★子どもと親が目をあわせて笑いあっている姿を見ると、自分もたまらなくわが子に愛情をたくさんあげたい気持ちになるんですね。



## 【西益津地区】

ふれあいルーム（たちばな保育園内） ☎644-2522  
ぐるんぱの広場（ガゼルの森内） ☎639-7710

## 【藤枝地区】

めだかつこ（藤枝保育園内） ☎270-7381  
ぐるんぱの広場（ガゼルの森内） ☎639-7710

# のびる芽を 支えてあげよう

- ✿ ほめる、叱るなどの機会を逃さず、その場で伝えましょう
- ✿ やらうとしている姿を認め、子どもと喜びを共有しましょう
- ✿ 譲れない事(命にかかわることなど)は、子どもに分かるように言葉ではっきりと伝えましょう



「しつけ」というのは、本来は和裁の言葉で、本縫いをする前の仮縫いのことをいい、弱い糸でざっくりと縫うことをいいます。

子どものしつけも同じです。

ですから、強く押し付ける必要もなく、ゆとりを持ってゆったりと子どもの将来の姿を思い描きながら、子どもの成長にあわせて一步一步取り組んで行けばいいのです。



★しつけようと意気込むと自分も子どもも負担に感じてしまう。**気楽に気長にしつけを…。**

★最初はできなくて当たり前。できなくても何度も繰り返し教えていき、少しでもできるようになったら**ほめてあげる**を心がける。親があまり**焦らずに怒ったりしないように**ですね。

★厳しく叱るのは本当に危険なことをしている時だけ。こちらの本気度を伝えるよう**叱り方のメリハリは大事**です。

★私の父は、「**やってごらん**」とまずやらせてくれた。失敗しても笑って**見守ってくれた**。



## 【青島北地区】

光の子広場（青木橋保育園内）  
にこにこ広場（青島北公民館内）

☎641-1262  
☎645-2525

## 【青島地区】

光の子広場（青木橋保育園内）  
くるるん（前島保育園内）

☎641-1262  
☎636-7780

# あいさつ(言葉)は 心の扉 人と人との架け橋

- 🌱 言葉は心から生まれます  
(子どもはそれを五感から  
感じ取ろうとしています)
- 🌱 心は言葉で育ちます
- 🌱 言葉には力があります  
心を温めるのも、心を  
傷つけるのも言葉です



「こんにちは」「おはよう」という短い言葉が、相手との距離を一瞬にして縮めてくれます。

あいさつは、自分の心を開き、相手の心をノックする素敵な言葉なのです。



- ★家族間でも「ありがとう」「ごめんね」を常に言うようにしています。「ありがとう」と言われるとお互にうれしい気持ちになるねと家族みんなで話しています。
- ★あいさつ(礼儀)、行儀が悪いと叱られることがあったけど、そこはきちんとしつけてくれたので、大きくなってから**ありがたく思う事**が多いです。
- ★家族でよく話をするので**安心していたな**あということ思い出します。
- ★感謝の気持ちを言葉に表わすことは、**人のために何かしてあげたいという気持ちを育ててくれる**と思います。  
親の背中を見て子どもは育つのでしょね。



## 【高洲地区】

高洲こども広場(高洲公民館内)  
ひまわり(ふじの花保育園内)

☎635-1477  
☎636-7760

## 【大洲地区】

ひよこ(ひよこ保育園内)  
くるるん(前島保育園内)

☎636-0560  
☎636-7780

# 生活リズムは 発育、発達に つながる

- ★ 早寝、早起き、朝ごはんがキーワードです
- ★ 子どもの意欲や自主性は、3歳までの規則正しい生活リズムが基本となります
- ★ 食を通したさまざまな体験は生きる力のもとです  
家族で楽しく食べることを大切にしましょう



「寝る子は育つ」と言われるように、睡眠は子どもの脳の発達にとっても重要です。まだ、脳が未完成な子どもにとって、ぐっすり眠ること、規則正しく眠ることは大人の何倍も大切になります。

また、家族で楽しく食べることは、体にも心にも栄養となります。子どもにとって食事の時間は、素直に思いを伝えたり、家族から様々なことを学んだり、親の愛情を感じる大事な時間です。



- ★ 食事は、出された物は残さず食べる。いろんな物を少しずつ食べられるようにすることで、人に対しても同様に**いろいろな人と付き合えるようになる**と教えられたことが忘れられません。
- ★ 私は、幼い頃、**早寝、早起き、朝ごはんの習慣**を身に付けてもらったような気がします。夜もテレビの時間を決め、その後は、母に読み聞かせをしてもらったり、**家族で季節の行事（正月、節分、七夕等）の楽しみ方**を覚えてもらったりした。「わが子にもできないかなあ」と、痛感…。



ふしえたのママ・パパより

## 【岡部地区】

ちびっこルーム（きすみれ2階）  
あさひな（あさひな保育園内）

☎667-7051  
☎668-0200

## 子どもの発達全般についての相談は

藤枝市子ども家庭相談センター  
（保育士・心理士等が電話で相談に応じます）  
☎054-643-3343（月～金 9時～16時）



# 遊びは 心身の発達の源

- ✿ 全身を使った遊びは健康な体を育てます
- ✿ 夢中になる楽しい遊びは学ぶ力（知的好奇心）を育てます
- ✿ 子どもは遊びを通して人間関係を学びます



お子さんが急な病気で心配なときは

静岡子ども救急電話相談

局番なしの#8000または、054-247-9910（毎日18時～翌朝8時・年中無休）までお電話を！

※看護師・小児科医が電話で相談に応じます。



子どもは、全身を使って十分に遊びを楽しむことで、食事が進み、ぐっすり眠ることができます。

また、遊ぶことで「驚き」や「感動」、「納得」や「満足」など心を大きく動かしています。

さらに、遊びを通して人との関わりを学んだり、失敗を克服したり、工夫して楽しんだりすることで心豊かに成長していきます。



★公園で少し危ないやり方で遊んでいた子どもに「あぶないからやめなさい」と頭ごなしに言わずに、「そのやり方はお母さん見ていてちょっと怖いなあ」と**子どもの心に問いかける**ようなお母さんがいました。

**子どもが自分で判断する大事な時間**にもなるだろうし、否定するばかりでなく見習って**子どもを信じてみたい**と思いました。

★積極的に公民館や一般開放されている広場、公園などに遊びに行き、**あいさつや友達とのかかわり、ルールなどを遊びの中で学ぶ**ように心がけました。



ふじえだのママ・パパより

休日・夜間に診てくれる医療機関を知りたいときは

静岡県救急医療情報センター

☎0800-222-1199（年中無休・24時間対応）

医療ネットしずおか <http://www.qq.pref.shizuoka.jp/mb/>



藤枝市では、子どもたちに身につけてほしいことの一つとして、「当たり前のこと」が「当たり前」にできることをあげています。「当たり前のこと」とは、マナーやルールを守ることであると考へます。

マナーとは、「形でなく人を思いやる心」であり、マナーを守ることで、みんながやさしくなれたり、あたたかな気持ちになれたりするのです。

大人のかかわりが子どもの育ちに大きく影響する乳幼児期に、まずは「当たり前のこと」のはじめの一步として、マナー（思いやりの心）を育てるため、藤枝ならではの冊子を作成しました。

藤枝市のママ・パパたちの子育ての知恵が満載しているこの『えだっ子の一步』が、みなさまの子育てに活かされることを願っています。

参考文献

内藤寿七郎著「子どもの花が育つとき」（小学館）

藤枝市は、  
**『笑顔あふれる教育』**で  
教育日本一をめざしています！

編集 ふじえだマナーづくり会議

発行 藤枝市教育委員会

教育推進室 ☎054-643-3271

