



# 3歳6か月児健診へようこそ



毎日の育児お疲れ様です。  
育児って思い通りにいかないもどかしさと、思いがけない喜びと…。  
いつでも相談してください。わたしたちも一緒に考えます。応援します。

## 3歳ごろの発達の日安

名前・年齢・性別など  
簡単な質問には答えられるよ

色もいくつか分かるんだ  
「大きい・小さい」「長い・短い」  
がわかるようになるよ

お友だちと一緒に遊べるようになってきたよ  
「どうぞ」「ありがとう」などの  
やりとりができるようになるんだ



「おはよう」「おやすみなさい」など  
挨拶ができるようになるよ

お箸を使えるようになってきたんだ

簡単な服なら自分で着たり  
脱いだりできるよ

ボールを投げたり、音楽に合わせて  
走ったり止まったりできるよ

## 集団生活について

入園や進級を迎えて子ども同士の集団生活が始まって、そのなかでの心配事もできますね。  
お友だちとケンカしてしまったり、「ごめんなさい」が言えなかったり・・・  
大人としては避けたいトラブルですが、ケンカは決して悪いことではありません。  
自分を抑えることや主張すること、集団内でのルールやマナーを学び、社会性を身につけていきます。  
子どもの集団生活におけるかかわり方のポイント！

- ★ケンカが始まってもすぐに仲介に入らず、子ども同士で  
解決できるように見守りましょう。  
ただし、ケガなどの危険があるときはすぐにストップを！
- ★トラブルには必ず子どもなりの理由があります。  
まずはきちんとその言い分を聞いてあげましょう。
- ★「ごめんなさい」を無理やりさせる必要はありません。  
大人がかわりに謝って、その姿をきちり見せていればOK。



## 子育て情報&相談先

- 妊娠中から育児に関する悩みや不安の相談など  
(精華町母子健康包括支援センター TEL95-1931)
- お子様の発育・発達についての相談など  
(精華町健康福祉環境部健康推進課 TEL95-1905)

安心して出産・子育てができるように、保健師や助産師がサポートしていきます。  
いつでもお気軽にお電話くださいね！



# Q&A

## 3歳ごろ



**Q. 発音がはっきりしない。直すにはどうすればいい？**

**A. 言い直しさせることはNG！大人が正しい発音で話してあげて。**

発音の完成には個人差があります。「サ行」「ザ行」「ラ行」はとくに難しく、就学頃に完成するといわれています。間違いを指摘したり言い直させたりすることは、お子さんのストレスになってしまいます。4歳半を過ぎてても気になるようであればご相談ください。

**Q. かんしゃくがひどく、対応に困っています…**

**A. 「もう3歳」ではなく「まだ3歳」。もうしばらく付き合ってください。**

自分のことが一通りできるようになり、口は達者になりますが、まだ3歳。入園や進級に伴い、集団生活で頑張っている分、家では気持ちが爆発してしまうこともあるでしょう。「もう3歳なのに」はNG、甘えたいときは甘えさせてあげましょう。

**Q. おむつがまだはずれません。どうすればいいの？**

**A. お子さんのペースに合わせて。「楽しく！褒めて！」をモットーに。**

焦らなくても大丈夫。まずは生活のなかにトイレの時間を組み込んでみましょう。トイレが嫌いにならないように無理強いせず、成功したときはいっぱい褒めてあげて。大人の負担が大きいときは、おむつへの後戻りもOKです。

**Q. 言葉がつかえる(吃音)、どうしたらいい？**

**A. 無理に直そうとしなくても大丈夫！落ち着いて聞いてあげて。**

話したいことが山ほどあるのに口の動きがついていかず、吃音ができることはこの時期にはよくあることです。学童期前までにはほとんど消失するので、言い直しさせたりする必要はありません。大人がゆったりとした雰囲気でも聞いてあげて。

**Q. 指しゃぶりをやめさせたい！なにかいい方法は？**

**A. 関わり方や環境の工夫で減らすようにしながら見守りましょう。**

月齢が大きくなるとともに活動が活発になり、指をしゃぶる時間が少なくなります。本人の「恥ずかしい」気持ちをうまく利用してもいいでしょう。指しゃぶりの行為自体を叱ったりせず、気をそらすような声かけをしてあげてください。