

たくさん子どもと触れあって



お世話をしながら声をかけましょう

オムツかえると気持ちいいね



赤ちゃんのしているもの
ことばをかけてあげましょう

クマさん、かわいいね



赤ちゃんの出した声に
こたえてあげましょう

なあに？ おいしいね

赤ちゃんに語りかけましょう

赤ちゃんの興味あることに親が共感し、一緒に見る、触れる、味わうことはコミュニケーションの意欲を育てるためにもとても大切です。日常生活の中でお互いに楽しめるといいですね。

体をつかった遊び



絵本を読む



手遊び



まねっこ遊び
・ごっこ遊び



やりとり遊び



一緒にできる
遊び

おもちゃを使った遊び



子どもと一緒に遊びを楽しみましょう

子どもの好きな遊びは、子どもが成長するために求めている遊びです。子どもの笑顔が増える、声を出すが増えるなどが「もっと遊んでほしい」という気持ちの現れです。



スマホに頼って
いませんか？

生活リズムをつくりましょう

早寝・早起き

朝になったら
カーテンを開ける
身体を起こして
目覚めさせましょう



決まった時間に食事

特に朝食は
しっかり
とりましょう



眠る環境を



部屋を暗くする
決まった時間に寝かせましょう

生きる力の 基礎づくり

昼間は遊ぶ

遊びは好奇心を刺激する
体を使う楽しみを覚える

保護者がお手本を

子どもは保護者の行動を見てマネを
します



【このリーフレットに
関するお問い合わせ先】
長野市教育委員会事務局
家庭・地域学びの課
Tel 224-5085

「長野市すくすくガイド」発行： 長野市教育委員会事務局 家庭・地域学びの課 Tel 224-5085



子育てに困ったら…

長野市保健所 健康課

226-9963

☆ 各地区の保健センターでも相談を
お受けしています

長野市 保健センター

検索

こども相談室（相談専用ダイヤル）

224-9746

☆ その他、子育てに関する情報は、
長野市のホームページをご覧ください

長野市 子育て

検索