

# 保護者編



幼児期の生（生きること）の健康教育プログラム

保護者編：保育者が保護者に対する支援プログラム

（目標）「思いやりをもって仲良く遊び、 “いのちを大切に” 子ども」

	ね ら い	内 容
1	親は子に基本的な生活習慣を身につけさせる。	(1) 早寝、早起き、朝ご飯の生活リズムを整えさせる。 (2) 食事のマナーを教える。 (3) 規則的な排便を習慣づける。 (4) 片づけ・身支度ができるようにする。 (5) 手洗い、歯みがきを習慣づける。 (6) お風呂の入り方や体の洗い方、おしりの拭き方を伝える。 (7) 状況に応じたあいさつができるようにする。 (8) 時間を決めてテレビを見る習慣をつける。
2	親は子に家族や友だち、動植物などの命の大切さを伝える。	(1) 子どもが生まれたときの喜びを子どもに伝える。 (2) タッチング、入浴などで親子のコミュニケーションを図り愛情を育む。 (3) 自然や動植物にふれあわせる。 (4) お年寄りとふれあわせる。 (5) 友だちをいたわる気持ちを育てる。 (6) 家で友だちとの遊びの話聞く。
3	親は子に命のつながりを伝える。	(1) 出産、出生時のことを話す（アルバム、ビデオ等を利用して） (2) 生まれてきたときの喜びと感謝を伝える。 (3) 子どもの成長を喜ぶ。 (4) 祖父母と両親、子どもとの繋がりを話す。 (5) 祖父母や先祖の存在について話す。
4	親は子に体のすばらしさを教える。	(1) 男女の体の違いや体の働きについて、子どもに伝える。 (2) 写真、ビデオ等をとおして子ども自身の成長を実感させる。 (3) 子どもの年齢に応じた心身の発育発達を知り、子どもの成長を共に喜ぶ。 (4) 子どもの質問に逃げずに答える。
5	親は子に自分の意見を表現する方法を教える。	(1) 子どもの話をじっくり、ゆっくり聞く。 (2) イヤなことにはイヤと言える力を育てる。 (3) 相手の目を見て話すことやはっきりと話すことの大切さを教える。 (4) 遊ぶ上での約束について教える。 (5) 「ありがとう」「ごめんなさい」を言うことの大切さを教える。 (6) 子どもを誉め、子どもに自信をもたせる。 (7) 地域との交流を図り、子どもを守り育てる地域づくりをしていく。

	ねらい	内容	保護者の行動
1	親は子に基本的な生活習慣を身につけさせる。	(1) 早寝、早起き、朝ご飯の生活リズムを整えさせる。	① 幼稚園や保育所の登園時間に合わせた起床時間の習慣を、身につけさせる。 ② 親が子供の生活リズムに合わせた生活を送れるようにする。
		(2) 食事のマナーを教える。	① 食事の時間はテレビのスイッチをきる習慣をつける。 ② はしの使い方、茶碗の持ち方を教える。 ③ 家族で食事をとる。
		(3) 規則的な排便を習慣づける。	① 朝食後又は登園前にトイレに行くことを習慣づける。 ② 食事の内容に気をつけて、規則正しい排便ができるようにする。 ③ 排泄の後始末ができ、人に迷惑をかけないトイレの使い方ができるように教える。 ④ 体と食物の関心に興味をもてるよう話をする。
		(4) 片付け・身支度ができるようにする。	① 時間を決めて片付けに取り組ませる。 ② 自分で衣類を着脱し、必要に応じて調節できるようにする。 ③ みんなが使うものを大切にできるようにする。
		(5) 手洗い、歯みがきを習慣づける。	① うがいや手洗いの意味がわかり、体や身の回りを清潔にすることができるようにする。 ② どんな時に手洗いをするか教える。 ③ 食後や寝る前に歯をみがくことを習慣づける。
		(6) お風呂の入り方や体の洗い方、おしりの拭き方を伝える。	① 親と一緒に入浴しながら、体の汚れやすい場所（足、髪の毛、おしり、性器）や洗い方を教える。 ② 特に女兒はおしりの拭き方を教える。 ③ 「体を清潔にすることが、体を守ること」を教える。
		(7) 状況に応じたあいさつができるようにする。	① 親と一緒に入浴しながら、体の汚れやすい場所（足、髪の毛、おしり、性器）や洗い方を教える。 ② 特に女兒はおしりの拭き方を教える。 ③ 「体を清潔にすることが、体を守ること」を教える。
		(8) 時間を決めてテレビを見る習慣をつける。	① 見せるテレビ番組を決めておく。 ② テレビは親子で一緒に見るようにする（話をしながら）。

保護者の援助・配慮事項

ア) 保護者に生活リズムチェック表を配布し、記入し提出してもらう。  
イ) たよりなどを通して、朝食を摂る必要性や生活リズムを整える必要性を保護者へ伝える。  
ウ) 保護者と保育者、また保護者同士で生活リズムの現状、内容、方法などの情報交換の機会をもち生活習慣を修正できる場を設ける。  
エ) 親子料理教室等を開催する。  
オ) 保育参観時、簡単に作れるレシピカードを配布する。(栄養士の協力を得る。)

ア) 保護者会で食事のあり方について話をする。  
イ) たよりに掲載する。  
ウ) 親子料理教室等を開催する。(栄養士の協力を得る。)

ア) 排便チェック表などを配布し活用してもらう。  
イ) 保護者会で現状を伝えながら話をする。  
ウ) 排便の有無により、親が子どもの体調を知るきっかけになることを伝える。

ア) 片づけ・身支度チェック表を配布し活用してもらう。  
イ) 保護者会で年齢に応じた対応の仕方を話す。

ア) 親子歯みがき教室や歯と口の健康教室等を開催する。(歯科衛生士の協力を得る)  
イ) たよりで手洗いや歯みがきの必要性を知らせる。  
ウ) 保育園や幼稚園でのハンカチ、ティッシュの持参確認をする。  
エ) たよりで体の清潔についての必要性を伝える。  
オ) 保護者会で年齢に応じた対応の仕方を話す。

ア) たよりで体の清潔についての必要性を伝える。  
イ) 保護者会で年齢に応じた対応の仕方を話す。

ア) 保護者会で話し合いをもつ。(スローガンの提示。例えば、親同士があいさつをする。)  
イ) あいさつ運動を実施する。  
ウ) 保護者と保育者が明るく、元気に、笑顔であいさつを交わす。

ア) たよりで必要性を伝える。  
イ) 保育参観などで、親子遊びをしながら、家庭での関わり方を知らせる。

	ねらい	内容	保護者の行動
2	親は子に家族や友だち、動植物などの命の大切さを伝える。	(1) 子どもが生まれたときの喜びを子どもに伝える。	① 写真やビデオ等を利用して誕生の喜びを伝える。 ② 誕生日に子どもが生まれた時の話をする。 ③ 子どもを愛している思いを素直に伝える。
		(2) タッチング、入浴などで親子のコミュニケーションを図り愛情を育む。	① 入浴時に今日あったこと等話をする。 ② 肌と肌のスキンシップで安心感を与える。 ③ 人の話を注意して聞き、相手にわかるように話をすることを教える。
		(3) 自然や動植物にふれあわせる。	① 家庭で花を育てたり、虫を飼ったりする。水やえさを与える大切さや必要性を感じさせる。 ② 自然とふれあう事ができるイベントに参加する。 ③ 身近な動植物の世話を一緒に楽しんで行い、愛情を育てる。
		(4) お年寄りとふれあわせる。	① 高齢者をはじめ地域の人々など自分の生活に関係の深い、いろいろな人に親しみをもつことができるようにする。 ② 地域の行事に参加する。 ③ 親から積極的に地域のお年寄りなど身近な人の話を聞いたり、話しかけたりする。
		(5) 友だちをいたわる気持ち育てる。	① 年下の子供に親しみをもったり、年上の子供とも積極的に遊ぶ機会を作る。 ② 身の周りの人に、いたわりや思いやりの気持ちをもてるように働きかける。 ③ お手伝いをするを1つ決める。 ④ 手伝ったり、人に親切にすることや親切にされることの喜びを感じられるようにする。 ⑤ 共同のものを大切にし、譲り合って使うことを教える。 ⑥ きまりの大切さに気づき、守れるようにする。
		(6) 家で友だちとの遊びの話聞く。	① 寝る前や入浴時、食事を摂る時などに、ゆっくり子供の話聞く。 ② 見たことや聞いたことを話したり、疑問に思ったことを尋ねる。

保護者の援助・配慮事項

- ア) 保護者会で講演会を開催する。
- イ) 保育参観後に保護者同士の話し合いや情報交換をする。
- ウ) 保育参観時に、子どもの写真を持ち寄り、親子で話をする。
- エ) たよりに掲載する。
- オ) 保護者同士の交流を図り、親同士が友人関係になり命の大切さを伝え合う環境を整える。

- ア) 保護者会で講演会を開催する。（具体的なタッチングや親子体操などの実践）
- イ) 保育参観後に保護者同士の話し合いや情報交換をする。
- ウ) たよりに掲載する。

- ア) 保護者会で講演会を開催する。
- イ) 保育参観後に保護者同士の話し合いや情報交換をする。
- ウ) 親子で自然とふれあえるイベントを開催する。
- エ) 夏休みに野菜の苗を育てる課題をだす。（絵を描いたものを夏休みあけに提出させる。）
- オ) たよりに掲載する。
- カ) シルバー人材センターを活用する。
- キ) 森の案内人や水の案内人を活用する。

- ア) 地域のお年寄りとおふれあう機会をつくる。
- イ) 保育参観時に、保育所や幼稚園で昔遊びを行う。
- ウ) 保護者と一緒に高齢者関係の施設を訪問する。
- エ) 保護者会で講演会を開催する。
- オ) たよりに掲載する。

- ア) 保護者会で講演会を開催する。
- イ) 保育参観後に保護者同士の話し合いや情報交換をする。
- ウ) たよりに掲載する。

- ア) 保護者会で講演会を開催する。
- イ) 保育参観後に保護者同士の話し合いや情報交換をする。
- ウ) たよりに掲載する。

	ねらい	内容	保護者の行動
3	親は子に命のつながりを伝える。	(1) 出産、出生時のことを話す（アルバム、ビデオ等を利用して）	① 2- (1) と同じ
		(2) 生まれてきたときの喜びと感謝を伝える。	① 出産時のことや感動したことを、日ごろの会話の中で話をしていく。 ② 写真やビデオ等を一緒に見ながら話をする。 ③ 誕生日に「生まれてくれてありがとう」のメッセージを伝える。 ④ 名前の由来を話す。
		(3) 子どもの成長を喜ぶ。	① 生まれてからの成長を、実際の長さや重さにおきかえてみる。 ② 誕生日ごとに写真を飾ってみる。 ③ いつでも見守っていることを感じとれるよう、子どもと話し合う機会をもつ。
		(4) 祖父母と両親、子どもとの繋がりを話す。	① 子どもと一緒にアルバムの整理を行う。 ② 家族の誕生日に命の繋がりについて話をする。 ③ 仏壇に手を合わせたり、墓参りを一緒に行う。 ④ 祝祭日などに関心を持たせるため、伝統行事等を生活の中に取り入れる。 ⑤ 親が祖父母に感謝の気持ちをもつ。 ⑥ 各家庭で月1回、「家族の日」等を設け、両親や祖父母兄弟姉妹への感謝の気持ちを表し伝える機会をもつ。
		(5) 祖父母や先祖の存在について話す。	① 祖父母や先祖の存在をとおして命について話をする。 ② 祖父母と話す機会を多くもつ。 ③ 祖父母や先祖の死について、お墓参りなどの機会を通して伝える。



保護者の援助・配慮事項

- ア) 保護者会で講演会を開催する。
- イ) 保育参観後に保護者同士の話し合いや情報交換をする。
- ウ) 保育参観時に、子どもの写真を持ち寄り、親子で話をする。
- エ) たよりに掲載する。
- オ) 保護者同士の交流を図り、親同士友人関係ができ、命の大切さを伝え合う環境を整える。

- ア) 保育参観時に親戚や父母の兄弟などが集まる機会を利用して、命の繋がりを話すことを親に伝える。
- イ) 祖父母学級等の開催を試みる。





	ねらい	内容	保護者の行動
4	親は子に体のすばらしさを教える。	(1) 男女の体の違いや体の働きについて、子どもに伝える。	① 入浴時に男女の体の違いを話す。 ② 入浴時に体の名称を教える。 ③ ウンチやおしっこが出る仕組みを簡単に教える。 ④ 体と食物の関係を話す。 ⑤ 体の異常について、自分から話せるようにする。
		(2) 写真、ビデオ等をとおして子ども自身の成長を実感させる。	① 親が子どもの成長を言葉で伝える。
		(3) こどもの年齢に応じた心身の発育発達を知り、子どもの成長を共に喜ぶ。	① 子どもができるようになったことや、話せるようになったことなどを書き留めておく。 ② 身体計測した時に、身長が伸びたり、体重が増えたことを誉める。
		(4) 子どもの質問に逃げずに答える。	① 子どもの質問はどんなものであっても決して叱らない。



## 保護者の援助・配慮事項

- ア) 保護者会で講演会を開催する。
- イ) 保育参観後に保護者同士の話し合いや情報交換をする。
- ウ) 保健師、助産師に協力を得る。
- エ) 性器の名称は俗語（子どもが使う呼び名）が良い。ここで大切なのはプライベートゾーンがあることを子どもに伝えること。  
医療用語を用いるのは、次の段階（小学生）が良い。
- オ) 子どもの質問ごまかして答えることの弊害について伝える。



	ねらい	内容	保護者の行動
5	親は子に自分の意見を表現する方法を教える。	(1) 子どもの話をじっくり、ゆっくり聞く。	① 子どもが、自分の伝えたいことがしっかり相手に伝わる喜びを味わえるようにする。
		(2) イヤなことにはイヤと言える力を育てる。	① 子どもの話を頭ごなしに否定しない。 ② 自分の意見を主張するが、相手の意見も受け入れられるようにする。
		(3) 相手の目を見て話すことやはっきりと話すことの大切さを教える。	① 子どもと話すときは、子どもの目線になる位置で話をする。
		(4) 遊ぶ上での約束について教える。	① 危険なものに近寄ったり、危険な場所で遊ばないように日ごろから話をする。 ② 行き先や帰宅時間を家族に言って出かけるようにする。 ③ 知らない人にはついていかない・・・など教える。 ④ 危険な場所で遊んだ場合、わかりやすく話して聞かせる。
		(5) 「ありがとう」「ごめんなさい」を言うことの大切さを教える。	① 親が手本を示す。 ② 親が子どもに対しても「ありがとう」「ごめんなさい」が言える。
		(6) 子どもを誉め子どもに自信をもたせる。	① 頭をなでる。 ② ささいなことでも誉める。
		(7) 地域との交流を図り、子どもを守り育てる地域づくりをしていく。	① 一緒に地域の行事に参加する。 ② 近所の友達やその兄弟姉妹の名前や顔を覚える。 ③ 身近に住んでいるさまざまな人と交流し、共感しあう体験を通して人とかかわることの大切さや楽しさを味わうことができるようにする。



保護者の援助・配慮事項

ア) 保護者会で、情報交換をし、話し合いを行う。  
イ) たよりで必要性を伝える。

ア) 保育参観でCAPをみせる。(CAPの協力を得る。)  
イ) 保護者会で、情報交換をし、話し合いを行う。

\*CAP・・・子ども自身が人権意識をもち、暴力から自分自身を守るための知識の普及活動を行っているNPO法人。

ア) 保護者会で、情報交換をし、話し合いを行う。  
イ) 保護者会で、人の話を聞くマナーを親子で考え、実施することを伝える。

ア) 警察署の協力を得る。  
イ) たよりで、「つみきおに」を伝える。  
ウ) 幼稚園や保育所で危険箇所のマップを作成する。  
エ) 保護者会で、情報交換をし、話し合いを行う。

「つみきおに」  
「つ」・・・ついて行かない  
「み」・・・みんなといつも一緒  
「き」・・・きちんと知らせる  
「お」・・・大声で助けを呼ぶ  
「に」・・・逃げる

ア) 保護者会で話し合う。  
イ) 保育者から積極的に、「ありがとう」「ごめんなさい」を言う。  
ウ) 保育参観などで親が役割モデルになるように伝える。

ア) 保護者会で話し合う。  
イ) 保育者が子どもの状況(良くできたことなど)を保護者に伝える。

ア) 保護者会で話し合う。  
イ) 幼稚園や保育所の行事で、親子と一緒に地域との交流を図る。(バザー、盆踊り、祭りなど)

