

1歳6か月児育児教室のしおり

～心とからだがめざましく発達する時期です～

1歳6か月頃の発育

母子健康手帳の幼児身体発育曲線を目安にしてください。

	身長	体重
男の子	76.7～87.2 cm	8.93～12.84 kg
女の子	75.6～86.2 cm	8.50～12.43 kg



こども家庭庁「令和5年乳幼児身体発育調査」より

1歳6か月頃になると、こんな姿がみられるよ

●運動

- ・ひとりでスムーズに歩けるようになります。
- ・手先が器用に使えるようになり、なぐり書きをしたり積木が数個積めるようになったりします。
- ・スプーンなど道具を使って自分で食べようとする様子がみられます。

●心と言葉

- ・言葉による問いかけの意味を理解できるようになり、「～はどれ？」と聞かれて指さしで答えたり、「～をもってきて」という言葉の指示が分かるようになり「やりとりの力」が育ってきます。
- ・「パパ」「ママ」「ワンワン」など意味のある言葉をいくつか話せるようになります。
- ・自我、自立心が育ち、自己主張が盛んになる時期です。

「イヤイヤ期」ってこんな時期

1歳代後半は心の成長が自覚ましい時期です。自分でやりたい気持ちが強くなる一方、思い通りにいかず、言葉ではうまく伝えられないもどかしさから「イヤ」を繰り返す子がでてきます。強い自己主張や反抗的と大人が感じる態度に戸惑うこともあるでしょう。しかし、自分自身の欲求を認識し主張できることは心の成長過程の一つであり、「イヤイヤ期」は将来の自立につながる大切な時期です。

「イヤイヤ期」 向き合い方のコツ



★気持ちを代弁する

子どもは気持ちをうまく言葉で表現できないため、かんしゃくを起こすことがあります。大人が気持ちを代わりに表現し、共感した態度で接することで安心し、気持ちが落ち着くこともあります。

例：「できなくて悔しかったね」、「自分でやりたかったよね」等

★選択肢を与える

子どもが「自分が選んだ」と満足感が得られるよう選択肢を提示してみましょう。

例：「AとBどちらから着る?」、「CとDどちらから食べる?」等

★さりげなくサポートする

子どもが自分でできるよう環境を整える、一人でできない部分だけさりげなく手助けすると良いでしょう。

例：ボタンを半分だけ通す、靴の左右が分かるマークをつける等

★時間と気持ちに余裕をもって見守る

子どもが自分でやると時間がかかることも多いため、大人が時間と心の余裕を持つことも大切です。

★感情的に叱らず「伝える」を意識する

子どもは強い否定の言葉で感情的に叱られると「自分の存在そのものを否定された」と感じてしまうことがあります。本当に危険な場面以外では、目を見てゆっくりと、冷静に「伝える」ことをおすすめします。

大人にも感情があり、イライラすることは自然な反応です。冷静に対応することが難しいと感じた時は、周囲の安全を確認し一旦その場を離れるのも一つです。「イヤイヤ期」は、自分の気持ちを言語化できるようになり、気持ちのコントロールが育つと徐々に落ち着いてくるといわれています。

言葉を育てる暮らしの工夫

- 生活リズムを整えること
 - ・規則正しい生活が、心と身体が育つ基盤となります。
- からだを動かして十分遊ぶこと
 - ・からだを動かすと、その刺激が脳を発達させます。
- 気持ちが安定していること
 - ・一緒に楽しく遊んでくれる人がいることが大切です。
- 手を使うこと
 - ・手のはたらきは、ことばのはたらきと深い関係があります。
- 様々な経験を積むこと
 - ・できるだけテレビやスマホ・タブレットなどに頼らず、実際の経験を大切にしましょう。
- 子どもの気持ちを、おとなが代弁すること
 - 例：「マンマ、おいしいね。」「転んじやったね。痛かったね。」
- 大人も自分の行動や気持ちを口にすること
 - 例：「おへや、きれいにするよ。」
- 子どものことばを広げて返すこと
 - 例：車を見て「ブーブ」と言ったら、「大きいブーブだね。速いね。」
- よく噛んで食べること
 - ・よく噛んで口や舌を動かすことが、正しく発音するための準備になります。



こんなことに気をつけて！事故防止

- 幼児の死因の上位に「不慮の事故」があります。
 - 以下の1～2歳児の特徴が事故につながります。
 - ・ひとり歩きができるようになり、行動範囲が広がります。
 - ・好奇心が強い反面、注意力が不十分で想像もできない様な行動をします。
- 事故防止のため、以下の点に気をつけましょう。
 - ・短い時間でも子どもをひとりにしない。
 - ・ベランダや窓際に踏み台になるものを置かない。
 - ・浴槽や洗濯機に水を残さない。
 - ・タバコ、電池、薬品類などを手の届くところに置かない。
 - ・歯ブラシやフォークを口に入れ、手に持ったまま歩かせない。
 - ・チャイルドシートは正しく装着する。
 - ・道路を歩く時は大人が車道側を歩き、必ず手をつなぐ。

はじめよう！ トイレトレーニング

●はじめる時期の目安

- ・おしっこの間隔が2時間ほどあく。
- ・おしっこやうんちの「前」「後」が、表情・しぐさ・ことばなどでわかる。

●はたらきかけたいこと

- ・時間を見計らい、おまるやトイレに誘ってみましょう。
- ・「シー」、「ウーン」などやさしく声かけしましょう。
- ・叱ったり、無理強いが禁物。うまくできたらたくさんほめましょう。

予防接種を受けましょう

お済みでない予防接種がありましたら、早めに委託医療機関を受診しましょう。

- ・五種混合
- ・小児用肺炎球菌
- ・麻しん風しん混合（MR）
- ・水痘



1歳6か月児健康診査(身体計測・尿検査・診察)

「1歳6か月児健康診査票」(緑色)と「母子健康手帳」を持参し、できるだけ早く受けましょう。健康診査票の有効期限は2歳の誕生日の前日です。(岐阜市内の委託医療機関で受診してください。)

～次回は、3歳児健康診査(予約制)です～

3歳2か月になる月に保健センターで3歳児健康診査を実施しています。日程及び予約案内、健康診査票等を事前に郵送します。お子さまのこころやからだの発育発達にとって大切な時期の健診ですので必ず受診ください。また、日程は「岐阜市ホームページ」でもご確認いただけます。

みなさんの子育てを応援しています！

岐阜市中保健センター TEL058-214-6630
岐阜市南保健センター TEL058-271-8010
岐阜市北保健センター TEL058-232-7681

こども家庭センター各保健センター窓口においても
相談をお受けしています。

【3歳児健康診査】

