

保護者の皆様へ

「子育ての基本」に関するアンケート
ご自分の実生活（ご家庭）についてお答えください（チェックポイント1～30）

「子育ての基本」(チェックポイント1～30)は、子育て中の親の誰もが経験する日常生活そのものについて述べています。①文章の内容のようでありたいと願っていて、しかも実生活でも実行(実現)している→共感できる場合は□Aを、②文章のようでありたいと望んでいるが、実際とはちがう(実感に乏しい)場合は□Bを、③文章の内容に“ピン”と感ずるものがない、無関心またはストレスのため共感(感情移入)できない場合は□Cを、項目毎に示した、それぞれの□内を塗りつぶしてお示しください。(良い例 ■, 悪い例 ☒ ☓)

- | | | |
|----|--|----------|
| 1 | 子どもの体調の善し悪しは、睡眠、食欲、排便(尿)、顔色、機嫌などから判断することができます。 | □A □B □C |
| 2 | 子どもには朝食をきちんと食べさせています。食後は少し時間をおいて排便を促します。 | □A □B □C |
| 3 | 我が家では食後歯みがきをしているので子どもには虫歯が1本もありません。口腔内の清浄は健康の基本です。 | □A □B □C |
| 4 | 家族と一緒に楽しむテレビ番組があります。一緒に笑ったり、泣いたりする場面があります。 | □A □B □C |
| 5 | インフルエンザの流行期には、1人がかかるとまわりの皆が迷惑しますから、なるべく人ごみをさけ、マスクを着用し、外から帰ったら手洗いうがいをします。 | □A □B □C |
| 6 | 子どもが好んで着る衣服を知っています。好物の食べ物や遊びも知っています。 | □A □B □C |
| 7 | 子どもは日々成長しており、楽しみながら家族で身長や体重を計測することがあります。 | □A □B □C |
| 8 | 子どもの成長ぶりや、言動に 感心したり、感動させられたりすることがあります。 | □A □B □C |
| 9 | 妊娠中は、妊婦健診を少なくとも月1回以上受けるように指導されました。 | □A □B □C |
| 10 | BCGと、ポリオと3種混合(DPT)ワクチンの少なくとも1回ずつは、1歳までに受けさせました。 | □A □B □C |
| 11 | 新しく登場した麻しん風しん(MR)混合ワクチンは、1歳に1回と、小学校入学前の1年間に1回の計2回受けることになったことを市区町村が発行している広報誌を読んで知りました。 | □A □B □C |
| 12 | 子どもには、公費の予防接種(BCG, ポリオ, DPT, MR混合ワクチンなど)を優先的に受けさせ、自らの判断と費用が必要な任意のワクチン(インフルエンザ, 水痘, おたふくかぜなど)については、かかりつけ医と相談して決めるつもりです。 | □A □B □C |
| 13 | すずんでお手伝いしてくれたときは、言葉で「ありがとう」と言ってごほうびやおこづかいをあげるときもありますが、初めから、お金や物を与えることを条件に、子どもに手伝いや仕事を頼むことはしたくありません。 | □A □B □C |
| 14 | 大人同士(夫婦間)のもめ事や悪口は、子どもに聞かせないように心掛けています。 | □A □B □C |
| 15 | 子どもはお互いに友だちの家に行ったり、連れてきたりしてよく遊びます。友人の名前と家族も知っています。 | □A □B □C |
| 16 | 自分の子どもが他人に迷惑をかけたら、保護者(親)である私も責任を感じ、子どもと一緒に謝ります。 | □A □B □C |
| 17 | 旅行などでしばらく家を留守にする時は、知人や近所の人に声をかけてから出かけるようにしています。 | □A □B □C |
| 18 | かかりつけの小児科医には、身体具合だけでなく、心の悩みなどについても気軽に相談することができます。 | □A □B □C |
| 19 | 子どものことで困ったこと(病気かな? 思うように育てられない! 育児に疲れて眠れない! など)があれば、気軽に(電話などで)相談できる両親や兄弟姉妹、友人や知人、かかりつけの小児科医などが近くにいます。 | □A □B □C |
| 20 | いかなる場合も暴力や暴言は絶対にいけません。強い口調の命令や視線も子どもをおびえさせ、心に傷を残すことがあります。わが家では子どもを大声で叱らないように心掛けています。 | □A □B □C |
| 21 | 子どもには、他と比べるより、自分自身と家族の良いところに気付かせるよう話します。 | □A □B □C |
| 22 | 子どもは、子どもなりに小さなストレスを解決(消)しながら日々成長しています。子ども独りの力で解決できないで悩んでいるときは、大人の助けが必要です。決して放置してはいけません。 | □A □B □C |
| 23 | 子どもは、毎日その日あった出来事を話してくれます。子どもからの訴えは真剣に聞いてあげます。 | □A □B □C |
| 24 | 「しつけ」には、なるべく子どもの良い面を見つけて、ほめてあげます。良くない面は優しい言葉でその理由を理解してくれるまで説明します。良くない面が改善されたら、ほめてあげます。 | □A □B □C |
| 25 | 子どもが、自分より年下の子どもや小動物をいじめたり、むやみに草花や昆虫を傷つけていたら、いけない理由を言って止めさせます。 | □A □B □C |
| 26 | 子どもと一緒に公園や道路など地域の清掃ボランティアに参加したことがあります。 | □A □B □C |
| 27 | 季節の行事(盆踊り、だんじり祭り、運動会、授業参観など)には子どもたちと一緒に楽しんで参加します。 | □A □B □C |
| 28 | 同じ年頃の子どものもつ家族間では、子育ての苦労や楽しさなど、子どもの話題がよく出ます。 | □A □B □C |
| 29 | 子どもの事故を防止するため、子どもを危険物から遠ざけています。(タバコ、マッチ、ライター、ボタン電池、くすり、ポットの湯、調理器具、暖房器具、化粧品、洗剤、殺菌・殺虫剤、浴槽、乾燥剤、保冷剤など) | □A □B □C |
| 30 | 高齢者や障害のある人に席をゆずったり、手をつないであげたり、ドアを開けてあげたりしたことがあります。 | □A □B □C |

ご記入者 (性・年代)	□男 □女	□10歳代 □20歳代 □30歳代 □40歳以上
----------------	-------	--------------------------

お子様の 人数	□1人 □2人 □3人 □4人以上
------------	-------------------

満一歳

誕生日の

MR (混合) ワクチンから



M = Measles 麻疹 (はしか)
R = Rubella 風疹 (三日はしか)

この薬は、母子手帳の予防接種のページに貼ってお使い下さい
監修：京都府立総合医療センター

子育ての基本

健やかな身体を育む3か条

1 子どもと一緒に、きちんと朝食を摂ります。食後は、歯みがきと、少し時間を置いて排便を促します。



生活習慣

2 子どもの日々の成長が楽しみです。家族で身長や体重を測ることがあります。市町村の集団検診や予防接種にすすんで参加します。



地域の情報

3 子どもの健康に不安を感じたら、独りで悩まずに近くの友人、知人やかかりつけの医師などに気軽に相談します。



信頼関係

この薬は、母子手帳の予防接種のページに貼ってお使い下さい
監修：平山宗宏 (日本子ども保健総合研究所所長)

「子育ての基本」(チェックポイント1～30)は、子育て中の親の誰もが経験する日常生活そのものを述べています。又、草からイラストのような場面が容易にイメージできる書です(共感度パターンA)。そうでない場合(B、C)は、友人・知人やかかりつけ医など、近くの人々の意見を聞いてみてください(イラスト：信頼関係)。例えば、子どもが急に発熱したような場合、チェックポイント1に共感できる人(パターンA)なら、機嫌が悪くて食欲が落ちては緊急で家庭に病院を受診するより、水分の補給と氷枕で朝まで様子を見てみる方がよいと判断するでしょう。しかし、熱性痙攣を……。

共感 (感情移入) 度パターン

A ……文句のようでありたいと願っていて、しかも実生活でも実行(実現)している→共感できる
B ……願望はするが、実現(実行性・実現性)に乏しい
C ……"ピン!"と感じるものがない→無関心またはストレスのため感情移入(共感)できない

文章の内容 (チェックポイント1～30) に対する、あなたの現在の共感度パターン (A・B・C) を確認してください。

1	子どもの体調の善し悪しは、睡眠、食欲、排便(尿)、顔色、機嫌などから判断することができます。	A	B	C
2	子どもには朝食をきちんと食べさせています。食後は少し時間を置いて排便を促します。	A	B	C
3	我が家では食後歯みがきをしているので子どもには虫歯が1本もありません。口腔内の清潔は健康の基本です。	A	B	C
4	家族が一緒に楽しむテレビ番組があります。一緒に笑ったり、泣いたりする場面があります。	A	B	C
5	インフルエンザの流行期には、1人がかかるとまわりの皆が感染しますから、なるべく人ごみを避け、マスクを常用し、外から帰ったら手洗いうがいをします。	A	B	C
6	子どもが好んで着る衣服を知っています。好物の食べ物や遊びも知っています。	A	B	C
7	子どもは日々成長しており、楽しみながら家族で身長や体重を計測することがあります。	A	B	C
8	子どもの成長ぶりや、自動に、感心したり、感動させられたりすることがあります。	A	B	C
9	妊娠中は、妊婦健診を少なくとも月1回以上受けるよう指導されました。	A	B	C
10	BCGと、ポリオと3種混合(DPT)ワクチンの少なくとも1回ずつは、1歳までに受けさせました。	A	B	C
11	新しく登場した麻疹風しん(MR)混合ワクチンは、1歳に1回と、小学校入学前の1年間に1回の計2回受けることになったことを市区町村が発行している広報誌を読んで知りました。	A	B	C
12	子どもには、公費の予防接種(BCG、ポリオ、DPT、MR混合ワクチンなど)を優先的に受けさせ、自らの判断と費用が必要な任意のワクチン(インフルエンザ、水痘、おたふくかぜなど)については、かかりつけ医と相談して決めるつもりです。	A	B	C
13	すすんでお手伝いしてくれたときは、言葉で「ありがとう」と書い「ごほうびやおごつがいをあげるときもありませんが、初めから、お金や物を与えることを条件に、子どもに手伝いや仕事を頼むことはしたくありません。	A	B	C
14	大人同士(夫婦間)のもめ事や悪口は、子どもに聞かせないように掛けています。	A	B	C
15	子どもはお互いに友だちの家に رفتり、連れてきたりしてよく遊びます。友人の名前と家族も知っています。	A	B	C

共感度パターン (B、C) の多い場合は、実生活でのありとあらゆる経験・体験・見聞を通して、子どもと共に自らの価値観、自尊心を育みましょう。

子育ての基本

健やかな心を育てる3が案

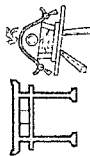
① 子どもの話は真剣に聞いてあげます。

良い面を見つけてほめてあげます。良くない面は、その理由を優しい言葉で説明します。



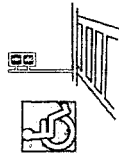
② 子どもの地域に暮らす

子どもたちと一緒に地域の清掃ボランティア、体育祭やお祭りなどのイベントに参加して楽しみます。



③ 子どもの安全を真守ります。

や妊婦、高齢者や障害者の安全を真守ります。



安心、安全な福祉社会

NPO 法人大阪新興・再興感染症対策協議会
内容に関するお問い合わせ：電話 06-6502-8770

(P18.12)

共感（感情移入）度パターン

- A ……文面のようにありたいと願っていて、しかも现实生活でも実行（実現）している→共感で喜ぶ
- B ……願望はするが、実感（実行性・実現性）に乏しい
- C ……“ピン！”と感ずるものがない→無関心またはストレスのため感情移入（共感）できない

予防接種の計画はかかりつけ医と!

お子様の月齢が満3ヵ月以上になったら、子育てと予防接種にわくわくしいかかりつけ医を受診しましょう。
予防接種が、安心して受けられるよう、次のワクチンと接種時期は早めに予定しておきましょう。

H18.6

0歳～1歳のワクチン

- BCG ……生後6ヵ月までに1回
- ポリオ(1回目) ……生後3ヵ月から(夏または秋に)1回
- 3種混合(3種)1期初回 ……生後3ヵ月から5回(ジフテリア・百日咳・破傷風)

満1歳になればなるべく早く(2歳までに)

麻疹風しん(MR)混合ワクチン1期 ……1回
(2期：小学入学前1年以内にもう1回)

水痘ワクチン ……1回

おたふくかぜ(おたふく)ワクチン ……1回

1歳～2歳のワクチン

- ポリオ(2回目) ……(夏または秋に)1回
- 3種1期追加 ……(1期初回90日から1年後に)1回

定期接種 (費用は市町村が負担)	BCG・ポリオ・3種・日本脳炎 MR混合・風しん・風しん
任意接種 (費用は個人が負担)	おたふくかぜ・水痘・インフルエンザ 2・3・4歳の MR混合・風しん・風しん

- 16 自分の子どもが他人に迷惑をかけた後、保護者(親)である私も責任を感じ、子どもと一緒に謝ります。 A B C
- 17 旅行などでしばらく家を留守にする時は、知人や近所の人に声をかけてから出かけるようにしています。 A B C
- 18 かかりつけの小児科医には、身体の具合だけでなく、心の悩みなどについても気軽に相談することができます。 A B C
- 19 子どものごことで困っていること(病気がかかるとか)思っているうちに育てられない!育児に相談したい!など)があれば、気軽に(電話などで)相談できる両親や兄弟姉妹、友人や知人、かかりつけの小児科医などが近くにいます。 A B C
- 20 いかなる場合も暴力や暴言は絶対に行きませんが、強い口調の命令や規範も子どもをおびえさせ、心に傷を残すことがあります。 A B C
- 21 子どもには、他と比べるより、自分自身と家族の良いところに気がさせるよう話します。 A B C
- 22 子どもは、子どもなりに小さなストレスを解決(消)しながら日々成長しています。子ども知りの力で解決できないで悩んでいるときは、大人の助けが必要です。決して放置してはいけません。 A B C
- 23 子どもは、毎日その日あった出来事を話してくれます。子どもからの訴えは真実に聞いてあげます。 A B C
- 24 「しつけ」には、なるべく子どもの良い面を見つけて、ほめてあげます。良くない面は優しい言葉でその理由を理解してくれるまで説明します。良くない面が改善されれば、ほめてあげます。 A B C
- 25 子どもが、自分より年下の子どもや小動物をいじめたり、むやみに草花や昆虫を傷つけていたら、いけない理由を言って止めさせます。 A B C
- 26 子どもと一緒に公園や道路など地域の清掃ボランティアに参加したことがあります。 A B C
- 27 季節の行事(盆踊り、だんじり祭り、運動会、授業参観など)には子ども達と一緒に楽しんで参加します。 A B C
- 28 同じ年頃の子どもをもつ家族間では、子育ての苦労や楽しさなど、子どもの話題がよく出ます。 A B C
- 29 子どもを事故防止するため、子どもを危険物から遠ざけています。(タバコ、マッチ、ライター、ボタン電池、くすり、ポットの湯、調理器具、暖房器具、化粧品、洗剤、殺菌剤、殺虫剤、浴槽、乾燥剤、保冷剤など) A B C
- 30 高齢者や障害のある人に落し物や手をつなぐといった、ドアを開けてあげたり、ドアを開けてあげたりしたことがあります。 A B C