

福岡発

ゆったり子育て

子育て応援団

5歳～6歳
のころ



福岡県

マタニティマーク

マタニティマークは妊婦さんへの思いやりをマークにしたものです。

まちや、職場などでマタニティマークを付けている人を見かけたら、「お手伝いしましょうか?」の一言など、皆さんからの思いやりある気遣いをお願いします。

電車・バスでは優先して席を譲り、乗降時に協力しましょう。

近くでの喫煙は控えましょう。



「子育て応援の店」に行こう!

福岡県では、18歳未満の子どもがいる子育て家庭を対象に、ミルクのお湯の提供や、ベビーベッドの利用、商品の割引など様々なサービスを提供するお店を「子育て応援の店」として登録しています。

また、スマートフォンなどで利用登録する「子育て応援パスポート」を「パスポートサービス」提供店で提示すると、登録者限定のサービスも受けることができます。

さらに、「子育て応援パスポートアプリ」(地図アプリ)を利用すれば、「パスポートサービス」提供店を現在地やジャンルなどから簡単に探すことができます。是非、ご利用ください。



シンボルマーク
ステッカー

お店の情報検索

子育て応援の店



「子育て応援パスポートアプリ」の
ダウンロードはコチラ

App Store



Google Play



福岡県ホームページはコチラ

<https://www.pref.fukuoka.lg.jp/contents/kosodate-ouendan-renewal.html>



ごあいさつ

次代を担う子どもたちが夢や希望を持ち、心豊かにたくましく育つことは、いつの時代においても変わることのない私たちの願いです。

子どもがたくましく成長するためには、乳幼児期から、親が子どもに惜しみない愛情を注ぎ、語りかけやスキンシップを持ち、親子の絆をしっかり育み、強めることが大切です。

さらに、子どもは友だちと一緒に外で思いっきり遊ぶなど、さまざまな体験をすることによって、人と人のつながりや社会をつくっていく力が磨かれていきます。

このようなことから、親が子どもの発育や発達の様子を知り、その状態に応じた子育てを応援するための冊子を作成しました。

この冊子が、これからの子育てに少しでも役に立ち、楽しくゆつりのある子育てと、子どもの健やかな成長につながることを切に願います。

令和4年3月

福岡県

もくじ

ゆったり子育て 子育て応援団

5歳～6歳のころ

■ 第1章 育児の広場

子どもとむきあって	05
元気な体と心をつくる 子どもの睡眠	06
元気な体と心をつくる 子どもの食事	07
元気な体と心をつくる 1日5皿のお野菜料理を	08
元気な体と心をつくる お子さんの発達のことなどで、ちょっと気になることはありませんか？	09
元気な体と心をつくる ネットやスマホ時代の子育て	10
お手伝いのすすめ	11
友だちづきあい	12
もうすぐ1年生	13
子どもの事故防止	14
応急手当の方法	16

■ 第2章 遊びの広場

楽しい遊び	18
かんたん手づくりおもちゃ	20
楽しい遊び歌	21
絵本で広がる豊かなイメージ	22
おすすめ絵本	24
子育て応援情報	26
休日夜間急患センター	28
福岡県家庭教育のすすめ	30

育児の広場

この時期は、子どもらしさが増し、友だちとの遊びも活発になります。時にはむずかしいことばを使ったりして、大人を驚かせることもあるでしょう。親の全面的な関わりが必要だった赤ちゃんの頃からみると、ずいぶんしっかりしてきたと思います。

でも、親の役割が減ることはありません。この広場のページを開いて、この時期の親の関わり方の参考にしてください。



子どもとむきあって

こころを豊かにするふれあいを

感情が発達して、それをことばで表現することができるようになります。また、がまんする力が伸び、かんしゃくを起こすことがほとんどなくなります。落ち着きがでできます。人の気持ちに共感したり、感動する力もついてきます。好奇心も強くなってきます。野原に行くと植物や昆虫を見せたり、絵本の読み聞かせをするなど、いろいろな体験をさせてあげましょう。

集団遊びの楽しさを

人との関わり方が上手になってきます。生活や社会のルールがわかってきます。チームに分かれての遊びを楽しむことができるようになります。大勢の友だちと楽しく遊ぶ体験をおおいにさせてあげたいものです。集団生活に馴染みにくい子や友だちづきあいが苦手な子もなかにはいます。でも心配はいりません。それもひとつの個性と考えると、あせらず家庭の中で親子のふれあいを楽しんでください。温かく見守っていれば、その子なりの方法で、いつか必ず友だち関係をつくるようになることができます。



親は子どものモデルです

それまでの体験や知識を通して、少しずつものごとの善悪が判断できるようになります。でも、まだ十分ではありません。親のすることを見て、自分の行動を方向づけることがよくあります。子どものモデルとしてはずかしくない生活態度を見せているか、自分をふり返ってみてください。

元気な体と心をつくる

子どもの睡眠

近年、就寝時間の遅い家庭が増え、子どもの生活も夜型になってきています。しかし、睡眠は、子どもの心と体が健やかに発達していくうえで、とても大切なことです。小学校に上がる前に、早寝早起きの習慣をしっかりと身につけておきましょう。

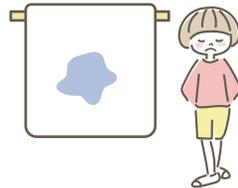
規則正しい睡眠リズムを

日によって寝る時間が違ったり、夜遅くまで起きていると、生活のリズムが崩れ、体に負担がかかります。目覚めが悪い、日中ボーッとしている、食欲がないなどの弊害が出やすくなります。就寝時間を決め、毎晩同じ時間に布団に入るようにさせましょう。規則正しい睡眠のリズムは、健やかな成長につながります。寝る前には歯みがきや、トイレをすませ、パジャマに着替えて、おやすみのあいさつができるようにしつけないといけません。



おねしょの注意点

5歳を過ぎても毎晩何度もおねしょをするようなら、小児科や泌尿器科の医師に相談してみましょう。週に数回のおねしょなら、心配いりません。小学生になってもする子はいます。個性のひとつくらいに考え、あまり神経質にならないことです。



いびきなどに目配りを

扁桃肥大やアデノイド肥大はいびきの原因となることもあります。リンパ系の発達から起こるもので、場合によっては切除することもあります。気になるようでしたら、一度耳鼻科の医師に相談してみましょう。



元気な体と心をつくる

子どもの食事

大人と同じように食べることができる時期です。楽しい食事であり、栄養をとらせましょう。食事のマナーもきちんと身につけさせましょう。食事は親子のコミュニケーションの場でもあります。親として楽しい会話を心がけたいものです。

メリハリのある食事習慣を

テレビを見ながら、だらだら食べるのは好ましいことではありません。食事に集中できる環境を大切にしましょう。出されたものは残さず食べ、こぼしたら自分で後始末できるようにしたいものです。甘いおやつをだらだら食べる習慣は、むし歯になりやすいので、時間を決めて食べましょう。



個(孤)食は避けて

子どもだけの食事では栄養のバランスがとりにくく、食もすすみません。家族そろっての食事は、栄養的にも精神的にもとても大切です。みんなで楽しい食事をするようにしましょう。



肥満に注意

食生活の洋風化とともに、動物性タンパク質、動物性脂肪の取りすぎになりがちです。肥満の原因となることもあります。和風メニューも取り入れ、片寄りのない食事をするように気をつけましょう。



元気な体と心をつくる

一日5皿のお野菜料理を

野菜を食べる習慣

野菜を食べることは元気な体をつくるため、そして将来の生活習慣病予防に欠かせません。野菜がそろったバランスの良い食事を繰り返すことで、子どもは健康な食習慣を身につけていきます。



いろいろな色をそろえて

野菜には、ご飯や肉などでは取りにくいビタミン・ミネラルや食物繊維が豊富に含まれています。色の濃い「緑黄色野菜」と色の薄い「その他の野菜」を1:2のバランスで!

新メニューを取り入れて

保育所や幼稚園では家で食べない野菜を食べていたりします。園での様子を聞いて、給食メニューを家庭にも取り入れてみましょう。

家族みんなで健康な食生活を!

周りの大人の食習慣が、将来のお子さんの食習慣をつくります。野菜の一日の目標量は子供で200g、大人で350g(小鉢で5皿)です。

毎日「プラス一皿の野菜」と薄味を心がけましょう。



元気な体と心をつくる

お子さんの発達のことで、ちょっと気になることはありませんか?

「落ち着きがない」、「友達とうまく遊べない」、「会話になりにくい」、「かんしゃくをよく起こす」など、同年齢の子ども達と比べて気になることや、心配に感じるところはありませんか?このようなことは、誰にでもあることではありますが、原因の一つとして「発達障がい」と呼ばれる障がいがあります。

発達障がいってなんだろう?

生まれつき見られる脳の働き方の違いにより、幼児のうちから行動面や情緒面に特徴がある状態です。そのため、養育者が育児の悩みを抱えたり、子どもが生きづらさを感じたりすることもあります。

発達障がいは、養育者の育て方や家庭でのしつけなどが原因ではありません。早期に発見し、周囲の人が特性に応じた対応をすることで、持っている力を活かしやすくなったり、子どもの過ごしやすい環境を作ることができます。

自閉スペクトラム症

- コミュニケーションや相手の気持ちを読みとったりすることが苦手。
- 特定のことに強い関心を持っていたり、こだわりが強かったりします。
- 感覚の敏感さを持ち合わせる場合もあります。

注意欠如・多動症(ADHD)

- 発達年齢に比べて、落ち着きがない、待てない(多動性・衝動性)
- 注意が持続しにくいことなどがあります。

学習障がい(LD)

- 全般的な知的発達に問題はないのに、読む・書く・計算するなど特定の学習のみに困難が認められます。

相談するところは…

- (1)お住まいの市町村、保健所:乳幼児健診や発育・発達に関する相談事業を行っています。お問い合わせは、母子健康手帳等に記載されている連絡先をお願いします。
- (2)発達障がい者支援センター:「発達障害者支援法」に基づき設置されています。
 - ①相談支援、②発達支援、③就労支援、④普及啓発等を行っています。

福岡県発達障がい者支援センター(北九州地域)	北九州市小倉南区春ヶ丘10-2	☎093-922-5523
福岡県発達障がい者(児)支援センター(福岡地域)「Life」	春日市原町3-1-7 クローバープラザ1階	☎092-558-1741
福岡県発達障がい者支援センター(筑豊地域)「ゆう・もあ」	田川市夏吉4205-7	☎0947-46-9505
福岡県発達障がい者支援センター(筑後地域)「あおぞら」	八女郡広川町一條1361-2	☎0942-52-3455
北九州市発達障害者支援センター「つばさ」	北九州市小倉南区春ヶ丘10-2	☎093-922-5523
福岡市発達障がい者支援センター「ゆうゆうセンター」	福岡市中央区地行浜2-1-6	☎092-845-0040

元気な体と心をつくる

ネットやスマホ時代の子育て

近年の、家庭用パソコン、ゲーム、携帯電話や携帯端末(*)の急激な普及により、子どもがそれらに触れる時期が低年齢化しています。情報を得る便利な道具である反面、小さな子どもが扱う場合の弊害についても指摘されています。

※携帯端末とは、スマートフォン、タブレット端末を含みます。

大人の長時間のメディアの利用は、親子の豊かな時間を奪ってしまいます。

子どもと接する時に親がスマホなどに夢中になるのは止めましょう。子どもから目を離すことになり、危険だけでなく、親子の会話や体験を共有する時間を奪うことになります。

また、親子が同じものを見て、体験し、気持ちを共感してもらうことは、子どもの心の発達的基础になります。散歩や外遊びなどで親子と一緒に過ごす時間を大切にしましょう。子どもは親の行動を見て、学び、育ちます。保護者自身の適切なメディアの利用を心がけましょう。

子どもが長時間メディアを利用した場合の影響に注意しましょう

乳幼児期は視力が発達する重要な時期です。テレビやDVD、特にスマートフォンやタブレットなどの小さな平面画面を見る時間が長いと視力の発達を妨げます。

夢中になって止められず、睡眠不足や生活習慣の乱れなどにもつながります。

保護者と子どもでメディアを上手に利用するルールをつくりましょう。

乳幼児のメディアの利用は、保護者が適切に管理し、子どもの成長に合わせて利用できる時間や範囲のルールを家族で話し合しましょう。

見直しましょうメディア漬け

【5つの提言】…………… 出典：公益社団法人 日本小児科医会

- ① 2歳までは、テレビ・DVDの視聴を控えましょう。
- ② 授乳中、食事時のテレビ・DVDの視聴はやめましょう。
- ③ すべてのメディアへ接触する総時間を制限することが重要です。
1日2時間までを目安と考えます。
- ④ 子どもの部屋にはテレビ、DVDプレーヤー、パーソナルコンピューターを置かないようにしましょう。
- ⑤ 保護者と子どもでメディアを上手に利用するルールをつくりましょう。

※ここでのメディアとはテレビ、DVD、電子ゲーム、ケータイ、スマートフォン、タブレット端末などの電子映像メディア機器を指します。

お手伝いのすすめ

子どもの自立心を育てる

お手伝いをすることで、家族の一員としての意識が育ちます。自分もできるんだという達成感や、自分からすすんでしようという意欲が生まれます。子どものできそうなお手伝いを日々の生活のなかに積極的に取り入れていきましょう。

身につけば集団生活で役立つ

ふだんからお手伝いをしていると、人と協力することや責任をもつことの大切さがわかるようになります。これは、集団生活をするうえで、とても重要な力です。まずは家庭で、親のお手伝いをするところから始めていきましょう。



衣服を管理する

脱いだものをたたむ、洗濯カゴに入れ、着替えるときに引き出しから自分の服を出すなど、衣類の管理を自分できるようにさせましょう。これは、幼稚園、保育所などの集団生活で役立ちます。

手先を使う作業もOK

手先が器用になってきます。細かい作業もできるようになります。タマネギやソラマメの皮むきなどをたのむと、喜んでやってくれます。

掃除のお手伝い

この頃になると、ぞうきんをしばることもできるようになってきます。親はお手本を示し、ぞうきんがけのお手伝いをしてもらいましょう。ふき残しがあってもあまり気にせず、終わったらしっかりほめてやってください。

はじめてのおつかい

買い物は、お金の使い方を知ると同時に、知らない人とコミュニケーションするとてもよい機会です。社会性を高めるのに役立ちます。ちょっと不安かもしれませんが、手出し口出しをせず、そっと見守ってあげましょう。

友達づきあい

社会のルールを知る

友達と遊ぶなかで、子どもは集団や社会のルールを学びます。また人と人との結びつきのすばらしさを感じていきます。でも、まだ社会性が十分でないために、自分勝手な行動をしたり、人見知りをする子どももいます。親のフォローが必要です。

「社会人」へのステップ

いつも親と一緒にいる、閉鎖的な世界にこもっていることとなります。社会性を養うためにも、同年齢の友達との集団遊びはとても大切です。公園など子どもが多く集まる場所へ、積極的に連れ出してあげましょう。

親は遠くから見守って

子ども同士で遊んでいるところに、親の手出しは無用です。自分で判断し、行動する意欲を抑えてしまうこととなりますから、先回りするような言動はつつしみましょう。危険なことがないよう、親は遠くから見守るだけにしましょう。

ケンカは成長の一過程

自我が芽生えてくると、自分を主張するあまり、仲良しの友だちともケンカになることがあります。これは、成長のあかしです。時々ケンカしながら、友達づき合いのルールを学んでいくのです。危険がなければ、おおらかに見守ってあげましょう。



いじめられている場合

泣かされても、すぐケロッとしているようなら、心配しないことです。相手や状況によって、子どもの立場は日々変わります。多少いじわるされても、いろいろな子と関わる体験をすることによって、精神的に強くなっていきます。いまはそれを学んでいる時期なのです。

いじめている場合

愛情表現の裏返しのこともあります。やみくもに叱るのはやめましょう。まず、どうしてそうしたのか、わけを聞いてみることで、そのうえで、相手の気持ちを思いやるよう、さとするのがよいでしょう。ただし、ケガをさせるような行動に対しては、その場で厳しく注意することです。

もうすぐ1年生

楽しい学校生活

小学生になると、自分ひとりでやらなければならないことが増えてきます。しかし、これまでにしっかりと身につけた生活習慣を活かせば大丈夫です。楽しい学校生活が送れるようにしましょう。

小学校の1日

①登校



はっきりあいさつ。
「おはようございます」

②授業など



しっかり先生や
友達の話进行こう

③休み時間



トイレは休み時間の
うちにすませよう

④昼食



給食は好き嫌い無く
時間内に食べようね

⑤お昼休み



校庭で
元気に遊ぼう

⑥もうすぐ下校時間



ちゃんとお片づけ
できるかな

⑦下校



元気に
「さようなら、また明日」

どこまでできるかな?

自立のチェック

- | | |
|--------------------------|----------------------|
| ① 早寝、早起きを守っている | ⑦ あいさつと返事がきちんとできる |
| ② 歯みがき、手洗いの習慣が身についている | ⑧ 思っていることが自分なりに言える |
| ③ だらだら食べたり、テレビを見ながら食事しない | ⑨ 人の話を静かに聞くことができる |
| ④ うんち、おしっこがひとりできる | ⑩ 友達と仲よく遊べる |
| ⑤ 服の着替えがひとりできる | ⑪ 簡単な交通ルールを知っている |
| ⑥ ものを大切に、片づけができる | ⑫ 道路で遊んだり、危ない場所へ行かない |

子どもの発達や特徴を知り、事故を防ぎましょう

窒息・誤飲による事故に注意しましょう。

- ブラインドやカーテンのひもが首に絡まないよう、子どもの手が届かないところにまとめましょう。
- ボタン電池や磁石など穴の開いていないものを誤飲すると重症事故につながります。これらの物は子どもの目の届かない、見えないところに保管しましょう。
- 食事時の食べ物での窒息に注意しましょう。豆・ナッツ類は5歳以下の子どもには与えないようにしましょう。



水まわりの事故に注意しましょう。

- 水深の浅い場所でも、子どもが溺れてしまうことがあります。子どもから目を離さないようにしましょう。
- 子どもだけで海や川などで遊ぶことがないようにしましょう。
- プールで遊ぶときは、必ず大人が付き添い、子どもから目を離さないようにしましょう。

やけどに注意しましょう。

- 使い捨てライターによるやけどや火災事故防止のため、子どもの手の届かないところに保管しましょう。
- 炊飯器や加湿器から出る蒸気に触れてやけどをすることがあります。

転落・転倒に注意しましょう。

- ベランダから身を乗り出すと転落する危険があることを教えましょう。
- ベランダに植木鉢、いすなどの踏み台になるものを置かないようにしましょう。
- 窓からの転落を防止するため、補助錠やストッパーをつけて、大きく開かないようにしましょう。
- 遊具で遊ぶときは、大人が付き添い、目を離さないように注意しましょう。
- 子どもだけを家に残して外出することは避けましょう。



家庭内での事故に注意しましょう。

- ドラム式洗濯機に入り、窒息する事故が起きています。チャイルドロック機能を利用するか、蓋にゴムバンドを掛けるなど工夫しましょう。
- 歯ブラシや箸、フォークなどでの喉突き事故につながらないように、口にくわえたり、手に持ったまま歩き回ったり、走ったりさせないようにしましょう。



自動車・自転車関連の事故に注意しましょう。

- 子どもを車内に残しておくことは大変危険です。予想外に車内温度が上昇することがあります。その結果、熱中症に陥り、死に至ることもあります。短時間でも、子どもは熱中症に陥ることがありますので、注意が必要です。
- 6歳になるまでは必ずチャイルドシートを使用しましょう。6歳になってもシートベルトを適切に使用できない場合はチャイルドシートを使用しましょう。
- 子どもを乗せたまま自転車を離れないようにしましょう。



道路上での事故に注意しましょう。

- 道路越しに子どもに声を掛けると、飛び出しの危険があるので、声を掛けないようにしましょう。
- 駐車場や道路は危険です。危険な場所で遊ばないよう日頃から話しておきましょう。



頭を打撲した場合

- 意識がはっきりしない、出血がひどい、繰り返し嘔吐がある時には、救急車を呼ぶか、至急病院を受診しましょう。
- 顔色が悪く元気がないときは、小児科や脳外科を受診しましょう。意識があって元気でも1日～2日は安静にして様子を見ましょう。

異物を飲み込み喉に詰まってしまった時

119番通報を誰かに頼み、直ちに以下の方法で詰まった物の除去を試みます。

1歳以上の幼児には、まず「背部叩打法」を行い、異物が取り除けなかった場合は「腹部突き上げ法」を行います。意識がない場合は、心肺蘇生を行います。

【背部叩打法(はいぶこうだほう)】

幼児は子どもの後ろから片手を脇の下に入れて、胸と下あご部分を支えてつきだし、あごをそらせませます。片手の付け根で両側の肩甲骨の間を強く迅速に叩きます。



【背部叩打法】

【腹部突き上げ法】

【腹部突き上げ法】

幼児は、後ろから両腕を回し、みぞおちの下で片方の手を握り拳にして、腹部を上方へ圧迫します。

やけどをしてしまった時

- やけどをしてしまったら、すぐに10分以上冷やしましょう。刺激を避けるため、容器に貯めた水で冷やします。水道水・シャワーを直接当てないようにしましょう。
- 服の上から熱湯がかかった場合は、脱がさず服の上から冷やします。
- 全身の広い範囲・顔面などのやけどの場合はすぐに救急車を呼びましょう。
- やけどの範囲が広い、水ぶくれができたり、皮膚がむけたり、あかなどに長時間ふれたやけどなどは、すぐに医療機関に連れていきましょう。

子どもの事故防止
ハンドブックページ



(関連情報)
消費者庁ウェブサイト
「子どもを事故から
守る! 事故防止
ポータル」

消費者庁 子どもを事故から守る!
Twitter[@cca_kodomo]



子どもの事故予防に
関わる豆知識や
注意点などを
Twitterやメールで
配信しています。
(←Twitter)

子ども安全メール登録



子ども安全メール
from消費者庁

第2章

Chapter 2

遊びの広場

この時期の子どもは、友達と誘いあって遊ぶことが多くなります。遊びが大好きです。呼んでもなかなか帰らない子もいます。

でも、親子遊びもまだしたい時期です。子どもが家の中で退屈そうにしていたら、外に出て、いっしょに楽しく遊びましょう。

遊びを通して子どもは、生きるためのさまざまなことを身につけていきます。

遊びは子どもの発達にとって、とても大切な体験なのです。でも特別なことはなくていいのです。決まりもありません。日々の生活の中で、遊びが楽しめたらいいのです。

ここでは生活の中で身近なものを使った遊びをいくつか紹介しています。みなさんも、ウキウキ、ワクワク、ドキドキしながらお子さんと一緒に遊びを楽しんでください。



楽しい遊び

子どもは遊びたくてウズウズしています。ちょっときっかけをつくってあげれば、いろいろな遊びができます。どんな遊びでもお父さんやお母さんも一緒になって楽しんでください。

【親子で遊ぼう】

キャッチボール

やわらかいボールを使って、親が投げて子どもが受け止める遊びです。「上だよ」「次は下だよ」などと言いながら、上に投げたり、下に投げたりしてみましょう。子どもが受け取りやすいように投げてあげましょう。

葉っぱで遊ぼう

①草ずもう

- オオバコの茎と茎をからませてひっぱりあいます。
- 茎の切れたほうが負け。



※まつばでも同じように遊べます

②ふえ

- つばきやさかきなどの、出始めの若い葉をつみます。
- 葉の表側を唇におしあてて吹きます。



つばきやさかきなどの葉が、出始めの若い葉をつむ



斜めに巻く

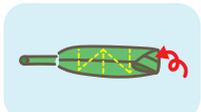
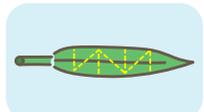


細い方を指でつぶして吹く



葉の表側を唇におしあてて吹く

③ささあめ



笹の葉を三角に折りたんでいきます



柄をさしこみます



できあがり

【親子でつくろう】

おいしいクッキーづくり

- はじめは、興味をもってひとりできるところだけさせます。(こねる、型抜き、トッピングなど)
- 楽しめるようなら、準備から後片づけまで一連の流れをいっしょにしてみましょう。オーブンの操作など危険なことは、親がしましょう。



こどもができる簡単メニュー

- サラダ
レタスをちぎったり、ミニトマトなどをお皿に盛ります。



【お友達と遊ぼう】

影ふみ鬼

鬼は、地面にうつった人の影を踏みます。他のみんなは影を鬼に踏まれないように、逃げ回ります。踏まれそうになったら、しゃがんで影を小さくしたり、家や木、塀の影に自分の影を隠したりします。影を踏まれたら、鬼を交代します。



ままごと遊び

空き缶、板きれ、葉っぱなど、器に代わるものに土や草、花、木の实などを入れて、ごちそうをつくりましょう。

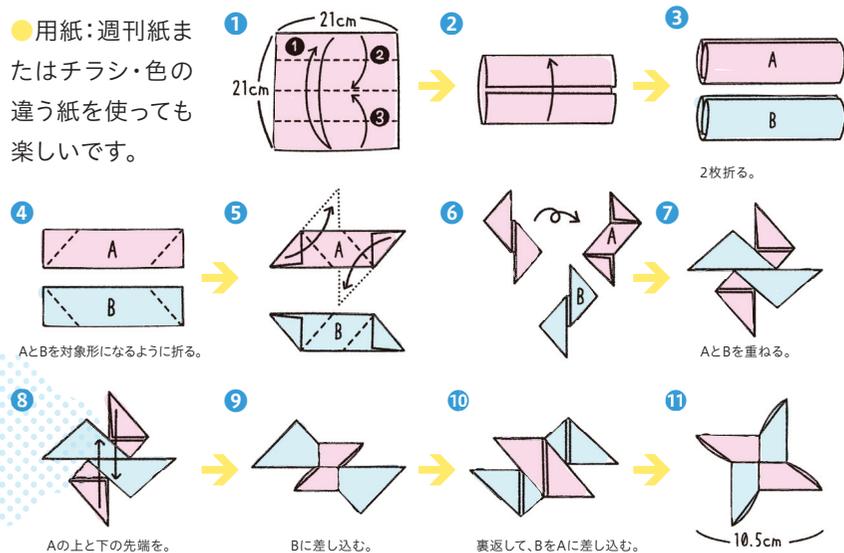


愛情いっぱい

身の回りのものを利用して、簡単で手軽に作れる手づくりおもちゃに挑戦してみましょう。工夫しだいでは、遊び方も広がったり深まったり、愛情を丸ごと感じられるはずです。

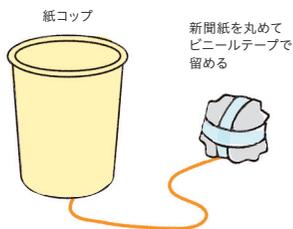
シュリケン

●用紙：週刊紙またはチラシ・色の違う紙を使っても楽しいです。



紙コップで手作りしよう! けん玉

紙コップとひも、新聞紙、ビニールテープでけん玉を作ってみよう。簡単に作れて、すぐ楽しんで遊べます。



友達と遊ぼう

昔ながらのわらべうたや遊びうたをみんなで楽しみましょう。お父さんやお母さんと、できたらお兄ちゃん、お姉ちゃんとそして、お友だちと遊びの輪を広げ、友達たーくさんつくりましょう。

おちゃらかホイ

シンプルな動きのくり返しが楽しい、ジャンケン遊びです。勝ったら思いっきりうれしそうに、負けたら思いっきり悲しそうにと、表現しながら遊びましょう。



絵本で広がる豊かなイメージ

読み継がれてきた絵本を 楽しみましょう

絵本を楽しむ中でいろいろな素敵な力が育ちます。親子で絵本を楽しんでください。

まだまだ読み聞かせが大切な時期です。字が読めることと本を楽しむことは違います。子どもが独り立ちできるまで手をさしのべてあげてください。読み継がれてきた絵本をたっぷり楽しみましょう。

読み聞かせで育つ素敵な力

本を読んでもらうということは、子どもにとってとても楽しい経験です。子どもたちは、この読み聞かせという楽しい経験の積み重ねの中で、いろいろな力を育てます。

まず、ことばが豊かになり、表現できることが増えてくるでしょう。このことは、何気ない会話の中に、明らかに絵本の中に出てくることばだと思えることばが出てくるなど、日常的に子どもとふれあっているならば実感できます。

次に、思いやり、優しさなど人間らしいみずみずしい感情が育ちます。絵本の主人公に心をそわせ、お話を楽しむ中で、自分の体験や心の動きと重ね合わせて心を育てていくのです。

空想力や想像力も育ちます。空想の世界と現実の世界がまだ入り交じり、はっ

きりとした区別を持たないこの時期に、しっかりと空想の世界にひたることは、大切なことです。

また、絵本の中には、子どもたちの知らない事柄もいろいろと書かれています。子どもたちは、そんな絵本の中から、自分の知らなかった知識をどんどん吸収していきます。

さらに、始めから終わりまで絵本を読んでもらうという体験を繰り返すことで、集中力や持続力も育ちます。

このように絵本は楽しみであると同時に、人として生きていくためのさまざまな力を備えていくものなのです。

しかし、このような力を育てようとして、むりやり子どもに本を押しつけてしまうと、子どもは本を楽しむどころではなくなります。親子で絵本を楽しむことが大切なのです。

まだまだ読み聞かせが大切

小学校入学が近くなると、字が読めるお子さんも、ふえてきます。でも、字を読めることと、本を読んでお話を理解し楽しむ能力との間には大きなずれがあります。

読み聞かせは、この大きなずれを埋め、子どもたちに本の楽しさを知らせるために、まだまだ必要です。

本をいつまでも読んであげていると、一人で本を読むようにならないのではないかと心配する必要はありません。読書は、とても個人的な営みです。人それぞれに、一人読みの時期は違います。

本の世界の楽しさを知らせることができれば、そのうちに一人読みに移っていきます。子どもたちが十分に一人読みできるようになるまで、あせらず、長い目で見てあげてください。子どもたちが独り立ちするまで、手を貸してあげましょう。



どんな本がいいかな

この時期には、思考力や想像力が発達し、ストーリーの流れをつかむことができるようになり、まとまったお話が聞けるようになる子もふえます。このため、物語の発展を楽しむ、主人公の心情にある程度共感できるようになります。また、自然観察や図鑑など科学的な読み物に興味を示す子どもたちも出てくるなど、子どもの好みや性差が表れてくる時期でもあります。

この時期は、読み継がれてきた子どもの心に届く良い絵本をたっぷり楽しめるときです。例えば、昔話絵本の「おおかみと七ひきのこやぎ」「かにむかし」等少し複雑な内容の昔話も楽しめるようになってくるでしょう。

物語絵本では、幼児の心の動きなどが描かれている本も楽しめるようになる子もふえます。また、ことばを楽しむ絵本なども喜びます。

一人読みへの移行期でもあります。絵本だけではなく、挿絵の入った少し長いお話の本を読んであげるのもよいでしょう。

【読書や本についての相談】

福岡県立図書館子ども図書館

☎ 092-641-1161

FAX 092-641-1192

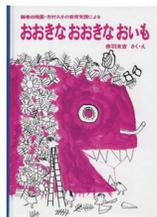
またはお近くの図書館にお気軽におたずねください。



いたずらきかんしゃちゅうちゅう

バージニア・リー・バートン／ぶん・え むらおかはなこ／やく 福音館書店

いつも重たい客車や貨車ばかり引かされている蒸気機関車のちゅうちゅうは、自分だけで走ればどれだけかっこよく見えるかいつも夢見ている。ある日、運転手さんたちが休んでいるときに、一人で走り出してしまうのですが、どんどん突っ走るうちに、燃料が切れて動けなくなってしまいます。黒く太い線で描かれた挿絵から物語の力強い躍動感が伝わってくる絵本です。



おおきなおおきなおいも

赤羽末吉／さく・え 福音館書店

楽しみにしていた芋ほり遠足が雨で延期になってしまった子どもたちは、先生の「ひとつ寝るとむくっと大きくなって、ふたつ寝るとむくむくっと大きくなって」という一言をヒントに紙に芋を描きます。紙を継ぎ足してどんどん大きくなった芋をどうやって運ぶ?どうやって食べる?子どもたちの空想が広がっていきます。幼稚園の実践から生まれた絵本です。



おおかみと七ひきのこやぎ

フェリクス・ホフマン／え せたていじ／やく 福音館書店

お母さんが出かけて七ひきの子やぎだけで留守番をしているところに、オオカミがやって来て子やぎたちを食べようとしています。オオカミの悪知恵にだまされてうっかり家に入れてしまい、一匹を残して食べられてしまいます。帰ってきたお母さんと残った子やぎは眠り込んだオオカミから子やぎを助け出し、オオカミもやっつけます。有名なグリムの童話です。



かいじゅうたちのいるところ

モーリス・センダック／さく じんぐうてるお／やく 富山房

家で大暴れしたマックスは、お母さんに夕食抜きで寝室に閉じ込められてしまいます。すると、あたりに木が生えて森になり、そこから海に船出して「かいじゅうたちのいるところ」にたどり着きます。かいじゅうたちと楽しく遊ぶマックスでしたが、かいじゅうたちが眠ってしまうと寂しくなって自分の寝室に帰ると、そこには温かい夕ご飯が待っていました。



11匹きのねこ

馬場のぼる／著 こぐま社

いつもおなかをすかしている11匹のねこ。山のずつと向こうに、大きな魚のいる湖があることを聞いて、やってきます。大きな大きな魚です。苦労して苦労してがんばって、やっと魚を捕まえました。帰ってみんなに見せるまで食べないことに決めたのですが、やっぱり夜のうちに食べてしまいます。ユーモラスな絵も楽しい絵本です。

このリストはおすすめの絵本の一例です。まだまだすてきな絵本がたくさんあります。いろいろな絵本を親子で楽しんでください。

絵本選定：福岡県立図書館

すてきな三にんぐみ

トミー＝アンゲラー／さく いまえよしとも／やく 偕成社

あらわれ出たのは、黒いマントに黒い帽子の三人組。武器はラッパ銃とコショウ吹きつけ器とまさかり。ある晩、襲った馬車にいたのは、みなしごのティファニーちゃんだけ。宝の山を見たティファニーちゃんは、三人組に「このたからものをどうするの?」と聞きます。三人組は考えて、お城を買ってみなしごたちを集めるのです。怖そうな泥棒たちの心温まるお話です。



だいくとおにろく

松居直／再話 赤羽末吉／画 福音館書店

昔、流れのはいい大きな川がありました。橋を架けるように頼まれた大工の前に鬼が出てきて、自分が橋をかけてやろうといひます。そしてたった二日で橋を架けてしまいます。橋の代わりに大工の目玉をよこせ、だが、自分の名前を当てたら許すと鬼は言ひます。大工は鬼の名前を探しあて、鬼は川の中に沈んでしまいます。日本の昔話です。



みんなうんち

五味太郎／さく 福音館書店

いろいろな動物がうんちを見せてくれます。みんな形や大きさ、やり方も違ひます。分かりやすい絵で、しっかりと描かれています。「たべるからみんなうんちをするんだね」と、食べ物と排せつの関係もしっかり描かれています。リズムカルな言葉で、楽しみながら知識を得られる科学絵本です。



もりのなか

マリ－ホル・エッツ／ぶん・え まさきりこ／やく 福音館書店

男の子がひとり、森の中に入っていくと、ウサギやライオン、ゾウなど出会った動物たちがみな行列を作って男の子の後をついて行きます。やがてみんなでかくれんぼをしますが、鬼になった男の子が目を開けると動物たちは姿を消して、お父さんが立っていました。男の子は動物たちとまた遊ぶ約束してお父さんに肩車されて帰っていきます。



よあけ

ユリー・シュルヴィッツ／作・画 瀬田貞二／訳 福音館書店

音もなく、静まり返った夜明け。おじいさんと孫が湖のほとりの木の下で寝ています。しずかに、だんだんと辺りは明るくなってきます。こうもりやかえるや鳥が動き出します。おじいさんは孫を起こし、ボートで湖にこぎだします。日が昇る瞬間、それまでの暗い青の世界が、あざやかな緑に変わるのです。



子育て応援情報

わからないこと、心配なこと、一人で悩まないで気軽に相談してください

 **子育ての悩み、心配事など
子育てについて知りたい**

育児相談

お住まいの市町村 子育て世代包括支援センター

● 子育て支援サロン“びあちえーれ”(北九州市)

休館日を除く 10時～17時

①「子育てふれあい交流プラザ」の休館日

②第1、3火曜日 ③12月29日～1月3日

※①②③は休み

電話:093-511-1085

<https://www.kosodate-fureai.jp/salon/>

● 北九州市子ども総合センター

24時間子ども相談ホットライン

相談電話受付時間:毎日24時間

※北九州市在住者に限る

電話:093-881-4152

● 福岡市子ども総合相談センター(えがお館)

相談電話受付時間:24時間(年末年始は休み)

※福岡市在住者に限る 電話:092-833-3000

女の子専用電話受付時間:9時～17時

(年末年始は休み)

※福岡市在住者に限る 電話:092-833-3001

親・おや電話 (福岡県立社会教育総合センター)

保護者を対象に家庭教育・子育て全般の相談に応じます。月曜～土曜 9時～17時

(第2月曜・第4土曜及び祝日・年末年始を除く)

電話:092-947-3515

福岡県あすばる相談ホットライン (福岡県男女共同参画センター)

親子・夫婦関係の悩みやDVなど女性相談員が相談に応じます。受付時間:毎日9時～17時

(年末年始及び8月13日～15日は休み)

※金曜は夜間も可(18時～20時30分)(祝日除く)

電話:092-584-1266

救急医療電話相談

● 福岡県小児救急医療電話相談(#8000)

子どもの急な病気、ケガに関する相談について、経験豊かな看護師、または必要に応じて小児科医が症状に応じた適切な助言を行います。

※医療機関案内はできません。

受付時間:平 日19時～翌朝7時

土曜日12時～翌朝7時

日祝日 7時～翌朝7時

電話:#8000または092-731-4119

(IP電話などの場合)

<https://www.pref.fukuoka.lg.jp/contents/8000syonidenwasoudan.html>



● 福岡県救急医療情報センター(#7119)

症状に応じた医療機関を、24時間体制で紹介し、また看護師が救急車の利用などについてアドバイスする「救急相談」も行っています。

受付時間:24時間(365日)

電話:#7119または

092-471-0099

(IP電話などの場合)

<https://www.fmc.fukuoka.med.or.jp/>



※これら2つの電話相談は新型コロナウイルス感染症に関する相談には対応していません。

● 新型コロナウイルス感染症に

ついての相談はこちら

<https://www.pref.fukuoka.lg.jp/contents/covid-19-portal.html>



福岡県アレルギー相談窓口

食物アレルギーなどアレルギーに関する疑問に対して、専門知識を持った医師・看護師・管理栄養士などがお答えします。相談の回答までに1週間程度を要します。

● 国立病院機構 福岡病院アレルギーセンター

水曜 10時～12時、

木曜 13時～15時

※祝日、お盆、年末年始除く

電話・FAX:092-565-8798

メール:603-Allergies@mail.hosp.go.jp



きこえないときこえる人を 「電話」でつなぐ「電話リレーサービス」

● 総務省において、聴覚や発話に困難のある方とこえる方をオペレータが手話・文字と音声とを通過して電話でつなぐサービス「電話リレーサービス」が開始されました(24時間365日利用可)。

● 各種電話相談等の利用に際して、活用をご検討ください。

「電話リレーサービス」の詳細はこちら

<https://nftrs.or.jp/>



児童相談所虐待対応ダイヤル

● 虐待を受けたと思われる子どもがいたら。

受付時間:365日、24時間(通話料無料)

電話:189(いちばやく)

児童相談所相談専用ダイヤル

● ご自身が出産や子育てに悩んだら。

● 子育てに悩み親がいたら。

受付時間:365日、24時間(通話料無料)

電話:0120-189-783(いちばやくおなやみ)

中毒110番 (公財)日本中毒情報センター

薬、たばこ、化粧品、洗剤など誤飲したときの対応を知りたい

● 大阪中毒110番 電話:072-727-2499

受付時間:365日、24時間対応(情報提供料:無料)

● つくば中毒110番 電話:029-852-9999

受付時間:365日、9時～21時対応(情報提供料:無料)

● たばこ専用電話 電話:072-726-9922

受付時間:365日、24時間対応

自動音声応答による情報提供

ふくおか子育てパーク (福岡県立社会教育総合センター)

「子育てを学ぼう! 毎日の子育てが楽しくなる。」

● 子育てに役立つ情報が満載

● メールによる子育て相談

(先輩ママがアドバイス)

<http://www.kosodate.pref.fukuoka.jp/>



SOS電話相談 ～妊娠・赤ちゃん・子育て・思春期～ (福岡県看護協会 ナースプラザ福岡)

妊娠に関する悩み・子育ての悩み・思春期の悩み
受付時間:毎日9時～17時30分(年末年始は休み)

電話:092-642-0110

<https://www.fukuoka-kango.or.jp/sos/>

メールでの相談も受け付けています。



子どもホットライン24 (福岡県内6教育事務所)

いじめ・不登校・子育ての悩みに関する相談

受付時間:365日、24時間対応

● 福岡地区……………電話:092-641-9999

● 北筑後地区……………電話:0942-32-3000

● 筑豊地区……………電話:0948-25-3434

● 北九州地区……………電話:0949-24-3344

● 南筑後地区……………電話:0942-52-4949

● 京築地区……………電話:0979-82-4444

メール相談窓口:

hotline24@pref.fukuoka.lg.jp



福岡県警察本部 生活安全部 少年課

子どもの非行・被害に関する相談

受付時間:月曜～金曜 9時～17時45分

(土・日・祝日・年末年始は休み)

● 中央少年サポートセンター 電話:092-588-7830

● 福岡少年サポートセンター 電話:092-841-7830

● 北九州少年サポートセンター 電話:093-881-7830

● 久留米少年サポートセンター 電話:0942-30-7867

● 飯塚少年サポートセンター 電話:0948-21-3751

福岡県にこここ 家族づくりポータルサイト

● 福岡県、市町村等が実施する子育て支援施策などを結婚、妊娠・出産、子育ての各ライフ

ステージに応じて情報発信

<http://kazoku.pref.fukuoka.lg.jp/>

<http://kazoku.pref.fukuoka.lg.jp/>





休日夜間急患センター及び 休日・夜間も小児科医が診療を行っている 医療機関

I 北九州地域

● 休日夜間急患センター

施設名	住所	電話番号	平日		土曜		日曜・祝日	
			夜間		夜間		夜間	
			準夜	深夜	準夜	深夜	準夜	深夜
★ 小児救急・小児総合医療センター (北九州市立八幡病院)	北九州市八幡東区尾倉2-6-2	093-662-6565	●	●	●	●	●	●
★ 北九州市立夜間・休日急患センター	北九州市小倉北区馬借1-7-1 (総合保健福祉センター1F)	093-522-9999	●		●		●	●
北九州市立門司休日急患診療所	北九州市門司区羽山1-1-24	093-381-9699					●	
北九州市立若松休日急患診療所	北九州市若松区藤ノ木2-1-29	093-771-9989					●	
★ 行橋京都休日・夜間急患センター	行橋市東大橋2-9-1	0930-26-1399	●		●	●	●	●
豊築休日急患センター	豊前市大字八屋1776-4	0979-82-8820					●	●
遠賀・中間休日急病センター	遠賀郡遠賀町大字尾崎1725-2	093-282-9919					●	

● 医療機関

医療機関名	住所	電話番号	備考
★ 北九州総合病院	北九州市小倉北区東城野町1-1	093-921-0560	(受付時間)月～金 17:00～翌7:00 土 13:00～翌7:00 日・祝日 9:00～翌7:00 ※重症例等は24時間対応
★ 国立病院機構小倉医療センター	北九州市小倉南区春ヶ丘10-1	093-921-8881	24時間対応(要電話連絡)
★ 地域医療機能推進機構九州病院	北九州市八幡西区岸の浦1-8-1	093-641-5111	24時間対応(要電話連絡)

※ゴールデンウィーク、お盆、年末年始の体制については、テレフォンセンター(093-522-9999)にご確認ください。

II 福岡地域

● 休日夜間急患センター

施設名	住所	電話番号	平日		土曜		日曜・祝日	
			夜間		夜間		夜間	
			準夜	深夜	準夜	深夜	準夜	深夜
★ 福岡市立急患診療センター	福岡市早良区百道浜1-6-9	092-847-1099	●	●	●	●	●	●
福岡市立東急患診療所	福岡市東区箱崎2-54-27	092-651-3835					●	
福岡市立南急患診療所	福岡市南区塩原3-25-3	092-541-3299					●	
★ 宗像地区急患センター	宗像市田熊5-5-5	0940-36-1199	●	●	●	●	●	●
★ 糸島市休日・夜間急患センター	糸島市浦志532-1	092-329-1190	●	●	●	●	●	●
粕屋北部休日診療所	古賀市庄205	092-942-1511					▲	
粕屋中南部休日診療所	糟屋郡久山町大字久原3168-1	092-652-3119					●	
★ 朝倉地域休日夜間急患センター	朝倉市来春422-1	0946-23-0077	●		●		●	●

● 医療機関

医療機関名	住所	電話番号	備考
福岡赤十字病院	福岡市南区大楠3-1-1	0570-03-1211	(受付時間)月～金 17:00～19:30 土 9:00～17:00 ※祝日、年末年始を除く
福岡大学筑紫病院	筑紫野市裕明院1-1-1	092-921-1011	(受付時間)月・水・金 17:00～21:00
福岡徳洲会病院	春日市須玖北4-5	092-573-6622	(受付時間)火・木・土 17:00～21:00 日・祝日 9:00～21:00

※福岡市では、診療時間外の急病者に対して、福岡市立急患診療センターで診療を行っています。また、福岡市立こども病院、福岡大学病院、九州大学病院等は、福岡市立急患診療センター等で入院が必要と診断された場合や救急車での搬送に対応しています。
※宗像地区、粕屋北部地区では、平日の昼間はかかりつけの小児科、夜間と休日は宗像地区急患センターを受診してください。

III 筑後地域

● 医療機関

医療機関名	住所	電話番号	備考
★ 聖マリア病院	久留米市津福本町422	0942-35-3322	24時間対応 ※19:00～23:00は、久留米広域小児救急センター(地域医療支援棟1階)にて対応
公立八女総合病院	八女市高塚540-2	0943-23-4131	(受付時間)月・水・金 19:00～21:30 第1,3,5日曜日及び祝日 9:00～14:30※
筑後市立病院	筑後市大字和泉917-1	0942-53-7511	(受付時間)火・木 19:00～21:30 第2,4日曜日及び祝日 9:00～14:30※
★ 高木病院	大川市大字酒見141-11	0944-87-0001	(受付時間)月～土 16:30～21:30 日・祝日 9:00～12:30 / 14:00～16:30

※久留米大学病院は救急車での搬送に対応しています。 ※公立八女総合病院と筑後市立病院では、祝日の診療を分担して対応しています。
※大牟田・高田地域では、平日19:00～22:00、土曜14:00～22:00及び休日9:00～18:00は、当番の医療機関が診療を行います。
当番診療を行っていない時間帯については、4つの医療機関で対応しています。
詳細は大牟田市ホームページ(<https://www.city.omuta.lg.jp/>)にてご確認ください。

IV 筑豊地域

● 休日夜間急患センター

施設名	住所	電話番号	平日		土曜		日曜・祝日	
			夜間		夜間		夜間	
			準夜	深夜	準夜	深夜	準夜	深夜
直方・鞍手広域市町村圏事務組合休日等急患センター	直方市大字山部808-14	0949-28-2840			●		○	●
★ 飯塚急患センター	飯塚市吉原町1-1	0948-24-3399	●		●			●
田川地区急患センター	田川市大字伊田2735-11	0947-45-7199			●		●	●

● 医療機関

医療機関名	住所	電話番号	備考
★ 飯塚病院	飯塚市芳雄町3-83	0948-22-3800	救急外来のみ24時間対応
田川市立病院	田川市大字楠1700-2	0947-44-2100	(受付時間)平日 18:00～21:30

●:小児科 ▲:小児科医一部対応 ○:第二・第四日曜 ★…毎日診療している医療機関

(注)小児科医がない曜日、時間があります。受診される際には、事前に電話で確認してから、お出かけください。

※上記以外で診療を行っている医療機関もありますので、ふくおか医療情報ネット(<https://www.fmc.fukuoka.med.or.jp/>)

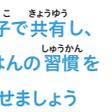
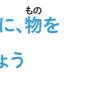
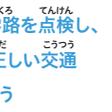
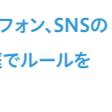
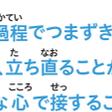
または医療機関案内(#7119または092-471-0099)にてご確認ください。

※200床以上の病院では、選定療養費が掛かる場合があります。(選定療養費:紹介状なしに他の病院に受診する際に掛かる費用)

福岡県家庭教育のすすめ

家庭はすべての教育の出発点
子どもと一緒に、できることから取り組みましょう

- 子どもは、家庭でのふれあいを通して、基本的な生活習慣、他人に対する思いやり、善悪の判断、自立心や社会的なマナーなどを身に付けていきます。
- 戸惑いや行き詰まりを感じたら、抱え込まずに周囲の助けを借ります。

<p>1 スキンシップ</p> <p>乳幼児期は、スキンシップや語りかけをしっかりと行いましょう</p> 	<p>2 睡眠と体調管理</p> <p>睡眠の重要性を親子で共有し、早寝・早起き・朝ごはんの習慣をきちんと身に付けさせましょう</p> 	<p>3 話を聴く</p> <p>子どもに向き合い、しっかりと話を聴きましょう</p> 
<p>4 ほめる</p> <p>子どもが持っている良さや伸びを見つけ、積極的にほめましょう</p> 	<p>5 教える</p> <p>良いこと、悪いことをしっかり教えましょう</p> 	<p>6 お手伝い</p> <p>お手伝いをする機会をつくりましょう</p> 
<p>7 我慢させる</p> <p>子どもが欲しがるままに、物を与えないようにしましょう</p> 	<p>8 交通ルール</p> <p>子どもと一緒に通学路を点検し、安全な交通方法と正しい交通ルールを教えましょう</p> 	<p>9 ゲームやスマホのルール</p> <p>ゲームやスマートフォン、SNSの使用に関して家庭でルールを作りましょう</p> 
<p>10 外遊び</p> <p>仲間と外でしっかり遊ばせましょう</p> 	<p>11 振り返り</p> <p>子どもは親を見つめています。自分の行動や言動を振り返りましょう</p> 	<p>12 広い心</p> <p>子どもが成長の過程でつまずき、失敗したとしても、立ち直ることができるよう、寛容な心で接することを心がけましょう</p> 
<p>13 絆</p> <p>家庭の役割を再認識し、親子のふれあいや絆を大切にしましょう</p> 	<p>14 助けを借りる</p> <p>子育てに悩んだら、抱え込まずに周囲の助けを借ります</p> 	<p>プラス1 家庭で話し合って書いてみましょう!</p>

※出典/福岡県青少年健全育成総合計画(福岡県青少年プラン)「県民の皆さんへのメッセージ」

ゆったり子育て 子育て応援団
5歳～6歳のころ

参考・引用文献

- 1) ゆうゆう子育て研究会編: ゆうゆう子育て(社)全国母子健康センター連合会、1995
- 2) 羽仁協子: 新しい家庭教育の創造(上)、雲母書房、1993
- 3) 松岡享子: えほんのせかい こどものせかい、日本エディタースクール出版部、1995
- 4) 増村王子編: 読みかかせの発見、岩崎書店、1977
- 5) 子どもを事故から守る事故防止ハンドブック 消費者庁、2021

発行 福岡県
福岡県保健医療介護部健康増進課
〒812-8577 福岡市博多区東公園7番7号
TEL092-643-3307 FAX092-643-3271

平成14年3月発行	平成15年3月改訂	平成16年3月改訂
平成17年3月改訂	平成18年3月改訂	平成19年3月改訂
平成20年3月改訂	平成21年3月改訂	平成22年3月改訂
平成23年3月改訂	平成24年3月改訂	平成25年3月改訂
平成26年3月改訂	平成27年3月改訂	平成28年3月改訂
平成29年3月改訂	平成30年3月改訂	平成31年3月改訂
令和 2年3月改訂	令和 3年3月改訂	