

しおがまっこの 今ドキ子育て情報

3歳ごろまでの子育てが
大切と言われるわけとは



3歳ごろまでの子どもの脳の発達著しく、個性のかなめとなる人格形成や言語能力、考える力、創造する力、解決する力も生後3年間でほぼ形成されるといわれています。
この大切な時期に、親や周囲からの愛情や安心できる環境の中で育てられる事はとても重要です。

大切にしたい育児のポイント

3歳ごろまでの育児でいちばん大切なことは、子どもに安心感を与え、自分は他者から愛され大切にされているんだという「基本的信頼感」、自分はかけがえのない存在なんだという「自己肯定感」をはぐくむことです。「自己肯定感」を高めるには、愛情を持って接し、頑張ったことを認めるとともに、たくさん褒めてあげることが大切です。その達成感が自信につながり、心に余裕ができることで、人に優しく接することができるようになります。



今年度もほんわか子育て交流サポート事業での「コーチング講座」や「ほんわか心のワークワク相談」を通じ、親子が自己肯定感を高める中で、健やかな愛着関係を深められるよう取り組んでいきます。



塩竈市健康推進員 活動紹介

健康推進員とは？

健康な地域・まちづくりのため、市民の立場で積極的に保健活動を進めていく「地域住民や町内会と行政とのパイプ役を担う人」です。町内会から推薦され、市長から委嘱されます。現在、94町内会114人の健康推進員の皆さんが地域で活動しています。

～どんな活動をしているの？～

市の健康づくり事業への協力

特定健診やがん検診のPR、健診などへの事業の協力をしています。



▲健診ボランティアでは、受診者の案内、誘導を行っています

健康に関する情報を地域に伝える

研修会や講演会などに積極的に参加し、その情報の伝達や健康講座、健康に関する情報のチラシの配布・回覧などを行っています。

地域での健康相談会や学習会、サロン

地域の要望を取り入れ、町内会と連携し開催しています。

健康づくり教室（地域ダンベル・脳いきいき教室）

現在、町内会など37カ所で、健康づくり運動（ダンベル体操など）や軽運動、手芸、サロン、勉強会などを定期的で開催しています。



▲サークル交流会に向け練習に励む大日向町内会元気にぎにぎサークルの皆さん

問 保健センター ☎364-4786