

子どもの発達を知り、 子どもを支える

②子どもの移動運動の発達

乳幼児期の発達

乳幼児期は、一生のうちで最も発達が盛んな時期です。変化が激しい時期だからこそ、その時々々の発達を的確に捉え、発達に合わせた関わりを知り、子どもの笑顔と育ちを支えていきましょう。

■移動運動の発達の過程

子どもの移動する力の発達は神秘的です。生まれてわずか1年ほどの子どもが「2本足で歩く」という人間にしかみられない偉業を成し遂げるのです！



また、ある調査は、1歳の子どもが1日平均7500歩も歩いていることを明らかにしました。大人よりも多く歩いているなんて！
発達の過程と関わりを細かく見てみましょう。

◎移動の芽生え期

- ・ 3〜5カ月…首が据わる（自力で頭をまつすぐ保ち、辺りを見渡せるようになる）
- ・ 4〜6カ月…寝返り（自分で身体を動かす力がついてきて、少し移動を始める）
- ・ 7〜8カ月…お座り（背をまつすぐに保てるようになる）
- ・ 9〜10カ月…つかまり立ち（両腕で体を引き上げる力と、足で体重を支える力がつき、歩く準備が進む）

◎移動の洗練期

- ・ 1歳〜1歳3カ月…歩き始め（自由に動けるようになり、世界が大きく広がる）
- ・ 1歳6カ月ごろ…一人歩き
- ・ 2歳ごろ…走る
- ・ 3歳ごろ…両足を交互に出して階段を上る、三輪車をこぐ

※年齢は目安で、個人差があります。子どもの様子で気になることがあれば、健康増進課に相談してください。

■発達に合った関わり

◎首が据わる時期

見る・聞く・触れる経験を多く持ち、子どもの興味の世界を広げていきましょう。いろんな所を散歩するのも良いでしょう。また、手足を片方ずつ軽く曲げ伸ばしする遊びもお勧めです。

◎お座りの時期

子どもの自発的な動きに手を貸し、自発的に動く力を広げていきましょう。「こちよこちよ遊び」「ゆらゆら遊び」など、感覚を楽しむ遊びもお勧めです。

◎一人歩きの時期

自分の意志で歩く経験を重ね、いろんな身体を使い方を覚えさせましょう。公園に出掛け、子どもの興味に合わせて一緒にウロウロするのも良いでしょう。平坦な道、でこぼこ道、坂道、いろんな場所を歩くのもお勧めです。



子どもが発達していく原動力は興味と楽しみです。「子どもの興味に合わせて楽しく」を大切にしたいものです。

《問合せ》健康増進課母子保

健係 ☎ 24-11127

生きものイキキ観察記① 〜里山のナルシス キビタキ〜

このシリーズは、豊岡市生物多様性地域戦略の身近な生きものを「まずは知る」作戦！として紹介します。

《問合せ》コウノトリ共生課 ☎ 21-9017

新緑の森は小鳥たちの鳴き声であふれ、一年で最もにぎやかな季節を迎えます。東南アジアで冬を過ごし、春になると日本に戻ってくる渡り鳥を「夏鳥」といいます。彼らの多くが森の中で子育てをします。夏鳥の中でも、ヒタキ科の仲間である、オオルリとキビタキは、オスの美しい姿とさえずりが魅力です。オオルリのオスは、鮮やかな瑠璃色の羽を持ち、開けた溪流沿いの高い木のとっぺんで朗々とさえずります。



スは、黒に黄色の羽色が際立ち、森の中で出会うと宝物を見つけた気分です。スズメより少し小さく、高い声で「ピッコロ・ピッコロ」と鳴きます。さえずりのパターンは複雑で、ツクツクボウシのように鳴くこともしばしば。

豊岡の里山では、キビタキが普通に観察できます。市街地の神武山公園や但馬文教府周辺でも見られます。暗い林の中を好み、肉眼で姿をとらえるのは少し難しいですが、鳴き声を覚えると声を聞いただけで存在が分かります。

キビタキの英名は、ナルシス・フライキャッチャー。フライは羽虫のことで、空中の羽虫に飛びついて捕まえます。学名のナルシシナも英名と同様、水仙の意味があります。ギリシヤ神話のナルシスに由来し、黄色い羽の色を表したものです。

キビタキは、豊岡の里山を代表する夏鳥。彼らが子育てをする森には、餌となる虫がたくさん必要です。キビタキの声が聞こえる里山は、豊かな自然環境を保っています。

（写真・文）NPO法人コウノトリ市民研究所 高橋 信

■あなたの周りに気になる方はいませんか？

この事業は、近所の方だけでなく、新聞配達や金融機関などの生活関連事業者などにも協力を依頼しています。



「新聞や郵便がたまっている」「電灯がつけっぱなしになっていない」など、異変を察知する「気付きの目」を増やすことで、高齢者が抱える問題などの早期発見・対応ができる体制づくりがポイントです。

□気付きのポイント

「あれっ?」「おかしいな?」という小さな気付きがとても大切です。

- 例えば:
 - ・近所との交流がない
 - ・洗濯物が干しっぱなしになっている
 - ・庭や家屋の手入れがされなくなつた

- ・日中でも雨戸やカーテンが閉まりっぱなしになっている
- ・新聞や郵便がたまっている

- ・最近、姿を見掛けない
- ・電灯がつけっぱなし。あるいは夜になつてもつかない
- ・電話や訪問に応答がない
- ・深夜に散歩している。道に迷っている

- ・繰り返し同じ物を買ったり、同じことを言う
- ・季節に合わない服装をしている
- ・家から怒鳴り声や泣き声が聞こえたり、大きな物音がする
- ・顔や腕などに不自然なあざが目につくようになった
- ・最近目立ってやせてきた、顔色が悪い

- ・最近、見慣れない人や車の出入りが多くなつた

これ以外にも普段の生活や仕事の中で、高齢者の「ちょっと気掛かりなこと」に気付いたときには、日頃から付き合いのある区の役員や民生委員児童委員、または最寄りの地域包括支援センターに連絡してください。

《問合せ》 高年福祉課地域包括支援センター ☎24-2409

くじくじの相談室だより

〜多重債務にならないために〜

生活費を補うために消費者金融やクレジットを安易に利用すると、多重債務に陥ってしまい、精神的にも追い詰められます。



しかし、借金は整理すれば解決できます。代表的な方法として、次の4種類の手続きがあります。

○任意整理

貸金業者各社と交渉を行い、請求額を利息制限法によって減額したり、今後の利息の減免を依頼したりし、支払総額を減らした上で、一括返済または分割返済を選んで完済の約束をします。

○特定調停

借金の整理用に工夫された調停手続きです。簡易裁判所に特定調停の申し立てをすると、調停委員が、申立人と貸金業者の間に入り、今後の借金の返済方法について、双方の意見を調整して合意に導きます。通常、3年から5年で完済できる返済計画が立てられます。

て、双方の意見を調整して合意に導きます。通常、3年から5年で完済できる返済計画が立てられます。

○個人再生

地方裁判所に個人再生の申し立てをすると、原則として借金の一定額を3年間で返済する計画案が裁判所で認められ、申立人が計画どおりに返済を完了すれば、残りの借金の免除が受けられます。住宅ローンの特別規定を利用できれば、マイホームを失わずに借金を整理することができます。



○自己破産

原則として、自分の持っている財産全てを借金の返済に充てても、借金が残る場合に、地方裁判所に申し立てをして、残りの借金を免除してもらいます。

財産の全部といっても、生活に必要な家財道具まで処分する必要はありません。

◆ヤミ金に要注意!

最近、スマートフォンで「簡単に借入可能」などと検索し、ヤミ金で借入れをしてしまっている、トラブルに巻き込まれたという相談が増えています。ヤミ金は、はじめから法律を守るつもりがない業者であり、外な高金利を要求したり、過酷な取立てで、借りた人を追い込んだりします。絶対に借りないでください。*



※ヤミ金: 登録を得ずに貸金業を営む業者

借金問題は必ず解決できます。まずは、早めに「豊岡市くらしの相談室」に相談し解決策を立てましょう。

《豊岡市くらしの相談室》

- ▽相談受付 月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 午前9時～午後4時
- ▽相談場所 生活環境課内
- ▽電話相談 ☎21-9001