



# ほめて伸ばす子育て

子育ては、子どもを「ほめて伸ばす」とよく聞きます。今回は「ほめる」ことと、叱るコツについてお伝えします。

子どもは、毎日成長していきます。子どもの行動を振り返り、成長のサインを見逃さないことがポイントです。

## ほめるポイント

日頃から「ほめる」ことを意識して、良いと思った行動は、すぐに言葉や態度で表現してあげてください。行動を認めて「ありがとう」などの言葉を子どもに伝えてください。

## ほめる方法

大人は、ほめ方が分かっているだけでも言葉の前に注意が先にでてしまうことがあります。

ほめることは、子どもに行動が良いことだと伝えるポジティブサインです。また、子どもの育つ力を培い、発達に応じたサポートをしながら良い方向へ導くための表現方法です。

## 「ほめる」とは

● **今できていることをほめる**  
以前より少しだけできていることや、自分で考えたいで行動したら、ほめてあげてください。

● **「いいな」と思ったらほめる**  
結果だけではなく、行動に現れた過程もほめてあげてください。抱擁などで表現することも効果的です。

● **成長の過程をほめる**  
周りにいる同年齢の子どものと比べがちですが、子どもによって成長の過程は異なります。過去の成長を認めてあげること、今後の意欲につながります。

● **ほめ言葉を練習する**  
日頃から、ほめ言葉を伝えられるよう練習することが重要です。「やったね」「すごいね」など言葉に出して練習することで瞬時にほめ言葉を伝えることができます。

## 叱るテクニック

● **子どもをほめることは大切**  
ですが、ただほめれば良いということではありません。間違ったことはいけないことだと子どもが学ぶために、なぜ間違ったのか、どんな行動が良いのかを伝えることが大切です。

● **間違った行動を叱る**  
人格を否定せず、どこが間違っていたのかを伝えてあげてください。

● **すぐに短い言葉で叱る**  
感情的にならず、短時間で具体的に何が間違っていたのかを伝えてあげてください。

● **次はどのように行動してほしいかを伝え、次回できた行動を見届ける**  
叱ったことで行動に変化が見られたら、できたことをほめてあげてください。

# 健康ガイド

詳細は、「桜川市健康カレンダー」をご覧ください。  
《問合せ》健康推進課  
☎ 0296-75-3159 (直通)  
☎ 58-5111・75-3111 (代表)

## 12月分



### 健康相談

#### 健康相談(要予約)

日時/12月2日(木)、17日(金) 10時~11時30分  
会場/健康推進課(岩瀬庁舎)

### 母子の健康しほり

#### 子育て相談(要予約)

精神保健福祉士による個別相談を実施しています。  
日時/12月7日(火) ①10時~11時 ②11時~12時  
会場/岩瀬福祉センター  
※保健師や看護師、管理栄養士による相談は、随時受付

### 季節性インフルエンザ 予防接種への助成

■ **高齢者定期予防接種**  
対象/市内在住で、接種日に65歳以上の方。または60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいのある方(身体障害者手帳1級程度)  
■ **持ち物/お知らせハガキ、健康保険証**

■ **申込方法/県内の広域予防接種協力医療機関へ直接予約**  
■ **小児任意予防接種**  
対象/市内在住で、接種日に生後6か月~中学3年生・義務教育学校9年生までの方  
■ **持ち物/母子健康手帳、健康保険証**

■ **申込方法/市内の医療機関や契約医療機関へ直接予約**  
■ **注意事項/異なるワクチンを接種する場合、2週間以上間隔を空けてください。**

■ **接種期間/令和4年1月31日(月)**

■ **助成額/2千円(1回限り)**

※助成金額との差額や予約のみ場合は、自己負担

■ **注意事項/異なるワクチンを接種する場合、2週間以上間隔を空けてください。**

### 乳幼児健診・育児相談

健診の種類	日程	対象	会場
3歳児健診			
12月1日(水)	H30年9月9日~10月16日生	岩瀬福祉センター	
5歳児健康相談			
12月7日(火)	H28年12月17日~H29年1月14日生	岩瀬福祉センター	
1歳6か月児健診			
12月15日(水)	R2年4月4日~5月7日生	岩瀬福祉センター	
1歳児健診			
12月16日(木)	R2年12月生	岩瀬福祉センター	

※密集を避けるため、受付時間を指定し、個別に通知します。また、新型コロナウイルス感染症の影響で延期、中止することがあります。その際は対象の方へ通知するほか、ホームページでお知らせします。

### 休日応急診療医療機関

診療日	医療機関名	住所・連絡先
12月5日(日)	田崎内科医院	真壁町田268-6 ☎0296-55-2511
12月12日(日)	阿部田医院	真壁町亀熊123-1 ☎0296-55-0305
12月19日(日)	錦木クリニック	加茂部4-1 ☎0296-76-3131
12月26日(日)	根本医院	真壁町真壁202 ☎0296-55-0027
12月29日(水)	つくし野クリニック	真壁町椎尾2022 ☎0296-20-7755
12月30日(木)	吉原医院	明日香2-31 ☎0296-75-1177
12月31日(金)	延島クリニック	東飯田658 ☎0296-58-5058

診療時間/9時~12時、13時~16時  
受付時間/9時~11時30分、13時~15時30分

東進進学予備校 東進中学NET Lepton

下館校 筑西市乙924 ☎0296-25-0001  
下妻校 下妻市小野子町1-66 ☎0296-43-2000

## 無料 中1・中2 学力診断テスト

~ 今の実力を知り、冬に備える ~

# 11/13(土)

● 科目: 英・数・国・理・社  
● 会場: 下館校・下妻校

お問い合わせ・お申込みはホームページのメールフォームまたはお電話にてご連絡ください。  
<https://www.senami.co.jp/topics/diagnosis/>

~ お客様に豊かさと繁栄を ~

## 稲川優子税理士事務所

桜川市真壁町桜井765-2  
☎0296-54-1540

糖尿病専門医・内分泌代謝科専門医

## 県西糖尿病内分泌内科クリニック

院長 榎田 武史

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30 - 12:30	○	○	○	○	○	14:00まで
午後 14:30 - 18:30	/	○	○	/	○	日・祝休診

筑西市成田678番地(筑西警察署斜め向かい) 電話:0296-48-9609  
予約制のためお電話でのご予約をお願い致します