

記入上の注意



このチェックリストは、あなたの育児について、自己評価（点検）するためのものです。記入にあたりご注意いただく点は次のとおりです。

1. 親としてのあなたが回答してください。したがって、回答は、親が、育児をするときによる姿勢や行動、あるいは現状認識や判断・考えについての内容となります。

2. 各質問に対して原則的には「イ. はい」は肯定、「ロ. いいえ」は否定的回答です。
「はい」又は、「いいえ」のどちらとも判断できないときには「ハ. どちらともいえない・わからない」と回答してください。

3. 各質問には必ずイ、ロ、ハ、のいずれかに回答し、「回答なし」または複数回答は避けてください。但し、あなたのお子さんの年齢に該当しない設問や、今までに経験のない育児の内容等については、回答の対象からはずしてください。

4. 回答は各質問の後にあるイ、ロ、ハ、の枠内のいずれかにチェック印を付け、各分野の最後部に用意している小計欄にそれぞれの数値を記入してください。

5. 各項の小計欄の数値を、後段の「自己評価の結果集計表」に記入し、それ何パーセントになるか計算してください。

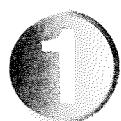


記入用の注意

回答は、あてはまる枠にチェック印を記入して下さい。

- イ. はい
- . いいえ
- ハ. どちらともいえない、わからない

[例] イ ハ (イ. はい の回答例です)



子育ての考え方

1 - 1 あなたは、子どもの成長する姿に大きな喜びと生きがいを感じていますか。

イ ハ

1 - 2 子どもにも人格や人権があることをわきまえ、身体的・精神的な苦痛を与えないようにしていますか。

イ ハ

1 - 3 あなたは、子育ては母親だけのものではなく、父親も参加し、その素晴らしさを共有すべきであると考えていますか。

イ ハ

1 - 4 あなたの家庭では、子どもと父親・母親と一緒に遊んだり、家族での食事や会話の機会を多くするなどの努力をしていますか。

イ ハ

1 - 5 授乳、おむつ交換、着替え、就寝の時など、子どもにやさしく言葉かけをしていますか。

イ ハ

1 - 6 あなたは、子どもの食欲不振、爪かみなどのサインに気付いたら、体の健康だけでなく心の問題かもしれないと考えることができますか。

イ ハ

1 - 7 子どもの生活リズムを考えて、できるだけ早寝をし、子どもには必ず朝食を摂らせるようにしていますか。

イ ハ

- 1 - 8** あなたは、子どもをしかるよりも、なるべくほめるようにし、長所を伸ばすようにしていますか。

イ　□　ハ

- 1 - 9** 自主性や自立心を育てるためにも、過保護・過干渉をつつしみ、子どものすることに過度の口出しをしないようにしていますか。

イ　□　ハ

- 1 - 10** あなたは、子どもが欲しがるままに必要以上の物を与えないようにするなど、わがままにならないように気をつけていますか。

八

- 1 - 11** 子どもに自立心を身に付けさせるために、遊びのあとかたづけをさせるなどの工夫をしていますか。

イ　□　八

- 1 - 12** 子どもに長時間テレビを見せるよりも、絵本を読んであげたり、童話などを話してあげたりしていますか。

イ 口 八

- 1 - 13** あなたは、子どもと一緒に思い切り体を動かして遊ぶことの大切さを理解し、楽しんでいますか。

イ 口 八

- 1 - 14** 小鳥などの生き物の死にふれる機会を通して、子どもに生命の大切さ・重さを教えるようにしていますか。

イ 口 八

- 1 - 15** あなたは、お年寄りや体の不自由な人に席をゆづるなど、子どもに「思いやり」の心が育つように、率先して手本になるようにしていますか。

イ　□　八

- 1 - 16** 食事の時には「いただきます」というなど、子どもに感謝する心が育つように心がけていますか。

イ　□　ハ

- 1 - 17** あなたは、子どもが他の子どもたちと遊ぶ時に、順番・ルールを守るなどの規範意識が育つように気を配っていますか。

イ 口 ハ

- 1 - 18** お年寄りとふれあえる機会にはできるだけ子どもを参加させ、伝承遊びや昔話などを通して、すぐれた伝統・文化とそれらを育んだお年寄りや郷土を愛する心を養うようにしていますか。

イ 口 ハ

1 - 19 日頃子どもがお世話になっている保育所や幼稚園、地域の人々に感謝し、敬意をもって接するようにしていますか。

イ　口　ハ

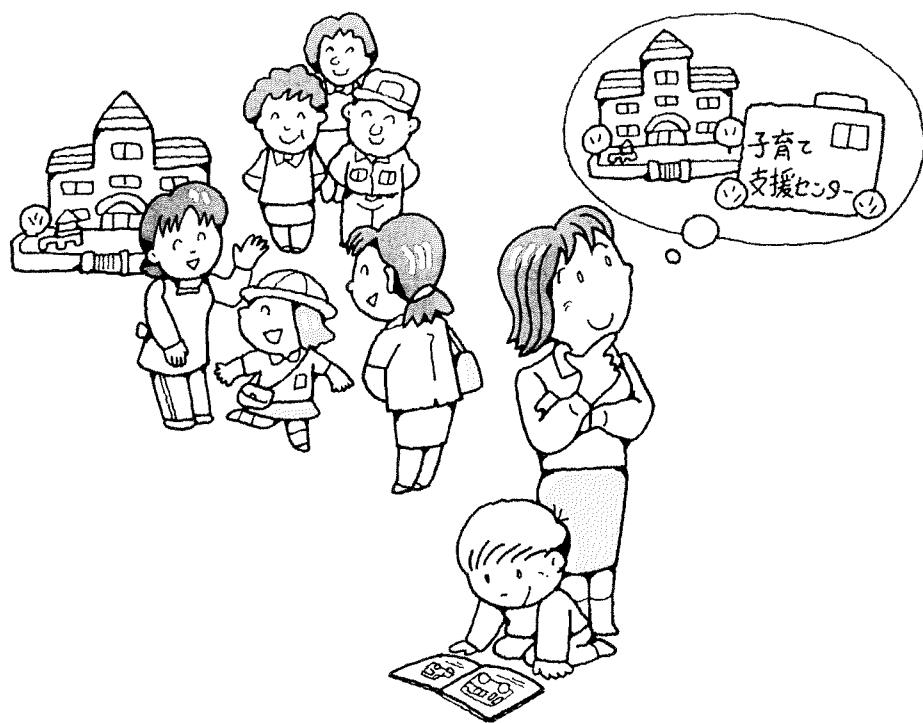
1 - 20 あなたは、育児で悩んでいる人がいたら、アドバイスするなど共に支え合う気持ちをもっていますか。

イ　口　ハ

1 - 21 あなたは、子育てに関する疑問や不安を相談することができる機関（保育所、地域子育て支援センターなど）が身近なところにあることを知っていますか。

イ　口　ハ

イ	口	ハ	計



2 家庭における育児

(1) 乳児(0歳児)の育児

- 2 - 1** 授乳は心も体も満たされる赤ちゃんの幸せな時間であることを意識し、欲しがる時に抱いて、赤ちゃんと目を見合わせ、ほほえみ合ったり触れ合ったりして、ゆったりと過ごしていますか。

2 - 2 赤ちゃんにとって初めての食品をあげた時には、皮膚の状態や便性などにその変化が現れるかを気をつけて見てていますか。

2 - 3 育ち具合やその日の体調、食べ具合をみながら離乳食を工夫したり、食品名を伝え、一緒に口を大きく開けてみせたり、赤ちゃんが食べやすいようにしていますか。

2 - 4 おむつ交換のときには、「キレイキレイしたね」などのやさしい話しかけや、快いマッサージなどをするとともに、便の状態を把握して臀部をきれいにしていますか。

2 - 5 表情や泣き声、しぐさ、片言などを赤ちゃんからのメッセージとして受け止め、微笑みかけ、温かいことばかけなどの関わりを持ち、赤ちゃんの気持ちに応えていますか。

2 - 6 あなたは、戸外を喜ぶ赤ちゃんと散策をしたり、動植物との出会いと一緒に楽しんだり、適度な戸外遊びをさせたりして、外の空気に触れ、健康増進を図るよう心掛けていますか。

2 - 7 赤ちゃんの笑顔や声、^{なんご} 哺語（「アーアー」「ウーハ」などの言葉）にはゆったりと応じて、やさしく話しかけたり、応え合ったりして、相手をしてもらう楽しさや発語の意欲を育んでますか。

- 2 - 8** 絵本を見せながら、赤ちゃんの見ているもの、指差すものに応えたり、ゆっくり言葉を添えたりして、あなた自らもそのやりとりと一緒に楽しんでいますか。
- イ ハ
- 2 - 9** あなたは無邪気にあなたを見つめる赤ちゃんの瞳やしぐさ、寝顔などを無条件に可愛いと感じることができますか。
- イ ハ
- 2 - 10** あなたは授乳時の手洗いや消毒、また赤ちゃんの衣服やおもちゃ、寝具類、室内などの清潔にも心掛けていますか。
- イ ハ
- 2 - 11** SIDS（乳幼児突然死症候群）を防ぐために、寝返りをできない赤ちゃんを寝かせる場合には、仰向けに寝かせるようにするとともに、睡眠中のかけぶとんや赤ちゃんの姿勢、呼吸などにも気をつけていますか。
- イ ハ
- 2 - 12** あなたは、赤ちゃんの寝たい、飲みたい、遊びたいという気持ちに添って、『よく食べ、よく眠り、よく遊ぶ』という赤ちゃんの日々の生活づくりを心がけていますか。
- イ ハ
- 2 - 13** あなたは、うつぶせやハイハイなどで遊んでいる赤ちゃんの側で、見守ったり応援したり、時には一緒に遊んだりしていますか。
- イ ハ
- 2 - 14** 赤ちゃんは、離乳食を吐き出したり口を結んで横を向いたり等しますが、あなたはいらだってしまうことなく、「他のものが食べたいのかな」等と考え直すゆとりを持っていますか。
- イ ハ

イ	□	ハ	計



(2) 1、2歳児の育児

- 2 - 15** あなたは、家事などで忙しいときに子どもが泣いて離れないとき
があっても、できるだけ子どもの気持ちに応えてあげようとして
いますか。

イ 口 ハ

- 2 - 16** あなたは、子どもが食べ物をこぼしたり汚しながらも食べることを、しかるのではなく、「今は子どもが自ら食べる意欲を大切にしよう」と考え、見守ることができますか。

イ　□　八

- 2 - 17** 着替えや食事を「自分でやるの」と言ったときには、そのときに応じた言葉掛けやさりげない手助けをしながら、時間をしてもできるだけ子どもの思うようにさせてあげていますか。

イ 口 八

- 2 - 18** 子どもが身の回りのものを何でも触って調べていく遊び（知的好奇心を満たす行動）を十分に行えるよう、危険物、触れさせてはいけない物等を片付けて、安全に気を配りながら見守ることができますか。

イ 口 八

- 2 - 19** あなたは、子どもがきょうだいや友だちとおもちゃの取り合いでぶつかり合うとき、危険のないように配慮しつつ、子どもの動きや言葉、表情などを考えながら、しばらく見守ることができますか。

イ 口 八

- 2 - 20** あなたは、「おや、何だろう」「これで遊ぼう」といった子どもの好奇心や興味を引き起こす遊びを用意できるよう、心配りしていますか。

イ 口 八

- 2 - 21** 戸外遊びや散歩の時、花や虫や動物などを見つけたりして、自然や動物への興味・関心を示す子どもと一緒に楽しんでいますか。

イ 口 ハ

2 - 22 会話するときには、子どもの目線にできるだけ合わせて話をゆっくり待って聞いて、受け止めた言葉を返したり、話せたことや伝わった喜びを共感していますか。

イ ロ ハ

2 - 23 あなたは子どもにわかりやすい具体的な短い言葉で、ゆっくり、はっきり、おだやかに、子どもの表情に気をつけながら話しかけていますか。

イ ロ ハ

2 - 24 子どもに「絵本読んで」「遊んで」といわれた時に、「待っててね」と言った時にはその理由を伝え、その子の気持ちに応えるように心掛けていますか。

イ ロ ハ

2 - 25 子どもが歌を歌ったり、リズムにのって体を動かして遊んでいる時、あなたも子どもに合わせて一緒に歌ったり体を動かして楽しんでいますか。

イ ロ ハ

2 - 26 「できない」「やって」と甘えてくるときは、そのつど、子どもの気持ちを受け止め、子どもと話しながら要求を満たす手助けをしていますか。

イ ロ ハ

2 - 27 子どもの「これなーに?」「どうして?」などの繰り返しの質問に、忙しいときでも、できるだけそのつど答えようとしていますか。

イ ロ ハ

2 - 28 子どもが自分の思い通りにならず怒ったり泣いたりする時、根気よく言い聞かせていくことや子どもが気持ちを切り替えるために必要な時間を、ゆったりと持つことを心掛けていますか。

イ ロ ハ

2 - 29 わがままで子どもが「いやだ」と言ったときには、言い聞かせたり、我慢させることも必要ですが、子どもの気持ちを受け止めてあげ、肯定的な方向に気持ちが向くようにしていますか。

イ ロ ハ

2 - 30 思い通りにいかないことが多いかもしれません、食事や遊びの時間、入浴、着替え、就寝などのおおまかな時間を決めて、子どもがそれに沿った生活を送るよう心掛けていますか。

イ ロ ハ

2 - 31 あなたは、子どもがひとりで滑り台をすべったり、「ごちそうさま」ができた時など、抱き締めたり拍手したりして子どもをほめたり、はげましたりしていますか。

イ ハ

2 - 32 あなたは、子どもが危険なことをしようとするときには、「何だから～してはいけない」等ときちんと言い聞かせていますか。

イ ハ

2 - 33 あなたは、とりとめのない子どもの話を、ゆっくり待って聞いてあげていますか。

イ ハ

2 - 34 子どもに積極的に関わり、地域の子育て支援センター等を利用し、子育ての情報を得たり、子育て中の仲間づくりをしていますか。

イ ハ

イ	口	ハ	計



(3) 3～6歳児の育児

ア. 日常の生活全般について

2 - 35 あなたの家庭には温かい雰囲気があり、家族の一人ひとりがお互いを尊重し、自分らしく過ごすことができていますか。

イ ロ ハ

2 - 36 あなたは、子どもが緊張したり不安を感じている時に、温かく受け止めることができますか。

イ ロ ハ

2 - 37 家族全員で、子どもが安心して自分の気持ちを伝えることができるように、いつも心を開いて信頼関係をつくる努力をしていますか。

イ ロ ハ

2 - 38 あなたは、子どもの性質を理解しようとし、安心して甘えられるようその子の気持ちに寄り添いながら、自立にむけて支えていくことができますか。

イ ロ ハ

2 - 39 あなたは、子どもが十分に理解できなくても、絵本や実際の事例（飼っていた動物の死など）を通して生命の大切さを伝えていますか。

イ ロ ハ

2 - 40 あなたは、子どもの喜怒哀楽を共有し、ときには、「あなたと同じ気持ちなんだよ」と共感していることを伝えてあげていますか。

イ ロ ハ

2 - 41 あなたは、子どもの性質を決めつけるのではなく、成功や失敗を含めたさまざまな経験をすることで、子どもが成長していくことを知っていますか。

イ ロ ハ

2 - 42 時には客観的に見る目も持ちながら、家族の一人ひとりがどんな子どもに育てたいのか改めて話し合う機会をもっていますか。

イ ロ ハ

2 - 43 子どもが自らを表現し、自らを解放できるように、その時々の要求や気持ちに寄り添い、自分がお父さん、お母さんや家族全員に愛されていると実感できるようにしていますか。

イ ロ ハ

- 2 - 44** あなたは、子どもが普段と違う状態になった時にもその様子がわかりますか。 イ ハ
- 2 - 45** 生活に無理のない食事と睡眠の時間をもち、その子らしい穏やかな生活を送るよう心掛けていますか。 イ ハ
- 2 - 46** 体調がすぐれないとき、子どもが自分の症状を訴えることができるように雰囲気をつくっていますか。 イ ハ
- 2 - 47** 子どもが不調を訴えた場合には、不安を和らげながら、かかりつけの医師や家族との相談の上、適切な対応をとることができますか。 イ ハ
- 2 - 48** 日常の生活のしぐさをよく観察することなどから子どもの育ちを発見し、成長を家族と共に喜び合っていますか。 イ ハ
- 2 - 49** 行動やことば、心身の異常に気付いたときには、冷静な判断や家族での十分な話し合いの上、保育園・保健センター・小児科医などのアドバイスを参考に、早期の対応へつなげることができますか。 イ ハ
- 2 - 50** 日本の風土・四季のすばらしさを大人も自ら意識し、季節を味わえる環境を整えていますか。 イ ハ
- 2 - 51** 童謡など日本の文化や美しさをイメージできる音楽を口ずさみ、その情愛を生活の折々で伝えていますか。 イ ハ
- 2 - 52** あなたは、寝る前に絵本やお話を読み聞かせたりして、親子の楽しいひとときを持つようにしていますか。 イ ハ

イ	口	ハ	計

イ. 人間関係について

- 2 - 53** あなたは、知り合いに会ったときには挨拶をし、子どもにもさせるなど、近所づきあい、親戚づきあいを大切にし、そのことを子どもにも伝えていますか。

一〇八

- 2 - 54** 子どもが嬉しい時や悲しい時、困ったり戸惑ったりした時に、家族一人ひとりが、それを伝えたいと思える存在となっていますか。

イ 口 ハ

- 2 - 55** 自己を表現する力や相手の言うことをきく姿勢が持てるよう、親としてそれぞれの子どもの立場や気持ちを汲み取った仲立ちをしていますか。

イ 口 八

- 2 - 56** あなたは、子どもがきまりや約束の大切さに気付き、それを守ろうとする態度を養うよう、その子の育ちを見守っていますか。

イ 口 八

- 2-57** 遊びの中で子ども自らが試行錯誤しながら作っていくものを、例え稚拙であっても認め、見守ることができますか。

イ　□　八

- 2 - 58** きょうだいや友だちとのけんかやぶつかり合いを、きょうだい(友だち)を知る機会や、社会性が育つ過程として受けとめ、その育ちを見守ることができますか。

イ 口 八

- 2 - 59** 子どもの興味や発達に応じた昔ながらの季節の行事（例えば、豆まき、ひな祭りなど）を通して、子どもと一緒に関わりあう喜びを味わう場や機会を用意していますか。

イ　□　ハ

- 2 - 60** 一人ひとりの文化や個性を大切にし、子どもがもっている課題を見い出すことができますか。

イ 口 八

- 2 - 61** 高齢者や様々な年齢の子どもたちとの関わりを持つときは、子どもがとまどいながらも楽しめるようにサポートし、人間関係を学ぶ機会としていますか。

イ 口 八

イ	口	八	計

ウ. 環境・言葉・表現について

- 2 - 62 あなたは虫や花・鳥など、子どもが不思議そうに見つめたり、興味深げに眺めるとき「何を感じているのかな?」と、子どもと一緒にになって感じようとすることができますか。
- 2 - 63 生活の中で身近にあるもの、周囲の人が扱う道具など、子どもが関心をもって触れようとするものすべてが、育ちの教材となっていることを知っていますか。
- 2 - 64 命にかかわる危険なこと、他人に迷惑となること以外は、人としての育ちの中での大切な経験として、子どものすることを見守ることが出来ますか。
- 2 - 65 危険な行動や、他人に迷惑となることを子どもがしそうになったり、したとき、毅然とした態度で注意し、その後、注意した理由と、注意されないようにするにはどうしたらよいかをわかりやすく伝えていていますか。
- 2 - 66 人の中で生きていく力（社会性）を育てる意味で、他人への迷惑・マナーについて、叱るだけではなく、子どもと一緒に考えていくような時間をもっていますか。
- 2 - 67 あなたは自分の言葉や行動、しぐさなどが子どものモデルとなっていることを自覚して生活するよう心掛けていますか。
- 2 - 68 あなたは子どもとともに、自然に親しみ楽しんだり、遊んだり、体験を共感しあう生活を送っていますか。
- 2 - 69 言葉は、コミュニケーションや自ら考え行動するために必要であることを認識し、幼児期に言葉にふれる機会を多くするよう意識した生活を送っていますか。

イ ロ ハ

イ ロ ハ

イ ロ ハ

イ ロ ハ

イ ロ ハ

イ ロ ハ

イ ロ ハ

イ ロ ハ

- 2 - 70** 子どもは言葉を五感をフルに活用して覚えていくことを意識し、“ゆっくり・はっきり・おだやかに”話すなど、工夫して教えていますか。

2 - 71 子どもと一緒に絵本等を見るとときは、子どもが感動したり、想像力を膨らませられるよう、あなた自身もその内容を楽しんでいますか。

2 - 72 子どもから話しかけてくるときは、耳を傾け会話をしたい気持ちを満たし、言葉で伝え合う場を大切にしていますか。

2 - 73 子どもは自分の気持ちを上手に言葉で伝えられないため、目の動きや顔の表情、身体全体のしぐさにも目を配り、言葉にならない思いを感じ取ってあげようと努力していますか。

2 - 74 子どもに言い聞かせる時には、問いつめたり押しつけたりせずに、「どうして～なのかな？」など、自ら考えるきっかけとなるようわかりやすい言葉づかいで、おだやかに話すよう心がけていますか。

2 - 75 子どもが喜ぶ歌、お絵かき、造形遊び等は、感じたままを表現して楽しむ幼児期の貴重な体験として大切にし、大人の価値観や方法を押しつけずに温かく見守っていますか。

2 - 76 ハサミや包丁など危険を伴う道具には、正しい使い方や片づけ方があることをわかりやすく伝え、子どもと使用時の約束事を決めていますか。

2 - 77 子どもが使いたいときに使えるように、さまざまな素材（新聞紙、空き箱、クレヨンやペンなど）を手近に用意していますか。

2 - 78 自然の中での遊びができるだけ大切にし、子どもと一緒に、時には共感しながら楽しんでいますか。

2 - 79 子どもが“楽しい”“おもしろい”“なんでだろう”という気持ちが自然と湧いてでるような体験をさせてあげられるよう、子どもの感性を大切にした生活を心がけていますか。

イ ロ ハ

2 - 80 家族や友だちと一緒に音楽に親しんだり、体を使って遊ぶなど、子どもとともに、心から楽しいと思える時間を過ごしていますか。

イ ロ ハ

2 - 81 乳幼児期は、さまざまな感覚をはたらかせ、あらゆることを新鮮に、刺激的に受け取る時期であることを意識して、子どもの興味関心を大切にしていますか。

イ ロ ハ

イ	ロ	ハ	計





保健と安全

3 - 1 あなたは、子どもの睡眠の状態、顔色や食欲の状況、遊びの様子に目を配りながら子どもの体調を把握し、病気の早期発見に努めていますか。

イ ハ ハ

3 - 2 あなたは、子どもの健康づくりのため、食材、食事の内容を考慮し、バランスのとれた食事作りをしていますか。

イ ハ ハ

3 - 3 毎日の献立や作り方、食に関する情報を収集し活用するよう努めていますか。

イ ハ ハ

3 - 4 子どものアトピー性皮膚炎、食物アレルギー等にも関心を持って、食事作りをしていますか。

イ ハ ハ

3 - 5 あなたは、子どもに乳幼児健康診査、あるいは日常の検診等を進んで受けさせていますか。また、不安に思うことを医師等に相談していますか。

イ ハ ハ

3 - 6 あなたは、子どもの身長体重等を、診査・検診以外に、家庭でも日常的に測定していますか。

イ ハ ハ

3 - 7 子どもが心地よい環境で育つことができるよう、例えば、手洗い場やトイレをきれいにするなど、清潔な家庭環境づくりをしていますか。

イ ハ ハ

3 - 8 子どもの病気の症状に応じ、かかりつけの専門医を決めていますか。

イ ハ ハ

3 - 9 あなたは、かかりつけの医師、救急病院等、電話機の近くにその連絡先が書いてあるものを貼っておくなど、子どもの緊急事態に備えていますか。

イ ハ ハ

3 - 10 あなたは、自然な姿勢で子どもを見守り、安全のため、子どもの動きを予測しながら目を離さないようにしていますか。

イ ロ ハ

3 - 11 子どもに怪我をさせないようにするために、高い所から物が落ちないよう収納するとともに、子どもの手の届く所に危険なものを見かないよう努めていますか。

イ ロ ハ

3 - 12 あなたは、子どもが階段や窓からの転落を防止するための対策をしていますか。

イ ロ ハ

3 - 13 子どもが誤飲しないように家庭用薬品や玩具類（ブロック・ビー玉）、食品（飴・豆類等）、調味料、また、台所用品等を子どもの手の届かないところに収納するなどの工夫をしていますか。

イ ロ ハ

3 - 14 あなたは、子どもが風呂場での水の事故や、ポット・ストーブ等での火傷を防ぐための工夫をしていますか。

イ ロ ハ

3 - 15 あなたは、例え近所に行くだけでも、子ども一人を残して外出したりしないようにしていますか。

イ ロ ハ

3 - 16 大人用だけでなく、子ども用のヘルメット（防災ずきん）、衣類、家庭用薬品、常備食等の準備をしたり、家庭でも避難の練習をするなど、非常・災害時に備えていますか。

イ ロ ハ

3 - 17 緊急時に備えて誰もが目につく所に連絡先等の掲示をしていますか。

イ ロ ハ

3 - 18 あなたは、非常・災害時などの不測の事態に近隣の人から援助が得られるよう、普段から交流を持つなどしていますか。

イ ロ ハ

- 3 - 19** 感染症などの流行の時期には、人ごみをさけ、寒暖の差に応じて衣服の着脱をさせる、うながすなどして、子どもの健康に注意していますか。
- イ ロ ハ
- 3 - 20** あなたは、家庭で「食育」の考え方を大切にし、食事を「楽しく・おいしく」味わえるように、テーブルの配置や飾りつけなどを工夫していますか。
- イ ロ ハ
- 3 - 21** あなたは、子どもに配膳の手伝いをしてもらうなど、食事の興味が持てるような機会を作るようになっていますか。
- イ ロ ハ
- 3 - 22** 「楽しく食べること」を意識し、食事作りの様子を子どもに見せたり、栄養の話を一緒にしたりして、子どもが食材や食事に関心をもつようにしていますか。
- イ ロ ハ
- 3 - 23** 天気の具合や活動の内容・程度に応じて、衣服の着脱、調節を子ども自らが考えられるようにしていますか。
- イ ロ ハ
- 3 - 24** あなたは、子どもにトイレに行くことをせかしたり、強制したりせずに、その子のその時の様子や発達を見て排泄の欲求に合わせることができますか。
- イ ロ ハ
- 3 - 25** あなたは、子どもがおもらしをしたり、排泄の後始末がうまくいかなくても、無理をさせずさりげなく対応し、自立に向け自分でできるように手伝うことができますか。
- イ ロ ハ
- 3 - 26** 子どもが快い疲労感を感じて眠りに入れるよう、昼間十分な遊びの場や時間を設けるようにし、エネルギーの発散をはかっていますか。
- イ ロ ハ
- 3 - 27** 無理なお出掛けなど大人の都合で生活をする事となるべく避け、疲れをためさせないようにし、子ども中心のリズムを持った生活を心掛けていますか。
- イ ロ ハ



3 - 28 体調が優れない時には、昼寝の時間以外でも、子どもの状況に応じて、眠らせたり、身体を休ませるようになっていますか。

イ ハ

イ	口	ハ	計



自己評価の結果集計表

分野	回答	イ. はい		ロ. いいえ		ハ. どちらとも いえない・ わからない		計
		()	%	()	%	()	%	
1. 子育ての考え方		<u>21</u>		<u>21</u>		<u>21</u>		<u>21</u> 100.0 %
(1) 乳児（0歳児）の育児		<u>14</u>		<u>14</u>		<u>14</u>		<u>14</u> 100.0 %
2. 家庭における育児	(2) 1・2歳児の育児	<u>20</u>		<u>20</u>		<u>20</u>		<u>20</u> 100.0 %
(3) 3～6歳児の育児	ア. 日常の生活全般について	<u>18</u>		<u>18</u>		<u>18</u>		<u>18</u> 100.0 %
	イ. 人間関係について	<u>9</u>		<u>9</u>		<u>9</u>		<u>9</u> 100.0 %
	ウ. 環境・言葉・表現について	<u>20</u>		<u>20</u>		<u>20</u>		<u>20</u> 100.0 %
3. 保健と安全		<u>28</u>		<u>28</u>		<u>28</u>		<u>28</u> 100.0 %
合 計		<u>()</u>	%	<u>()</u>	%	<u>()</u>	%	<u>()</u> 100.0 %



各設問は、家庭における子育てについての具体的な問題をとりあげています。

「イ. はい」の回答数が多い（比率が高い）ことは、あなたが行っている子育てが比較的充実しているとみることができます。

「口. いいえ」の回答数が多い（比率が高い）ことは、あなたが行っている子育てに改善すべき点またはこれから検討課題が多くあることを示しています。

「ハ、どちらともいえない・わからない」は、「はい」とも「いいえ」ともどちらにも判断つかない場合の回答です。この回答には、設問の意味がよくわからない・意図が理解できない、「はい」か「いいえ」かのどちらかにするか悩む、また、自分の子育てを自分で把握できない、自分の子育てに自信がもてていない、などいろいろな選択理由が含まれているでしょう。いずれにしてもその数が多い（比率が高い）ことは、今後この設問を検討し、自分の子育てを見直すことが必要であることを示しています。

この自己評価（点検）は、評価自体が親としてのあなたの基準でなされたものであり、個別的な評価結果であるといえます。したがって、この評価結果は、今後、あなたが子育ての課題をみつけ、改善の方法を探り、質的に向上・発展させていくために活用するものであります。外部からの点検なり評価なりに使われるものではありません。