



こどもの育ちについて



誕生前



0歳



1歳



2歳



10か月

12か月

12か月

12か月

お母さんがこどもを妊娠してから、小学校

人が、人生を幸せな状態（ウェルビーイング）で過ごすために、
その人らしさの基盤を築くため「はじめの100か月」が大事な時期と言われます。
しかし、全ての人が等しく健やかに育つことができるのかについては、
その人自身の身体や心、それを取り巻く社会の状況によって変化してきます。

こどもの育ちは一人ひとり違います

うちの子、ほかの子と比べて発達がゆっくりに思う・・・



こどもの成長、発達といっても体格、食事、運動、ことば、親子・家族・きょうだい・お友達などの関係、性格などさまざまな領域があり、それぞれのこどもには成長の早い遅い、器用・不器用、得意不得意などがあります。

多くの場合、これらの違いは個人差といい、多少の早い・遅いはどのこどもにもあり、そのことに一喜一憂することはありません。



こどもの育ちについて



こどもと遊ぼう

バスタオルを2回ほど結び、タオルのボールを作ります。お座りしているこどもの胸あたりに投げて、キャッチさせます。こどもにタオルボールを**抱っこ**させ、「つかむ」感覚を覚えさせましょう。



出典 厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」



子育て中、気になったり、困ったりすることはありますか？

- 言葉が遅いように思う
 - 言うことをきかない
 - こだわりが強い
 - 食べることより遊ぶこと優先
 - おむつがとれない
 - 手が出てしまう
 - 公園の遊具であそぶのをこわがる
 - 好き嫌いがたくさんある
 - 名前を呼んでも振り向かない
 - 夜ぐっすり寝ない
 - スーパーに行くとじっとしていない
 - 登園、登校をしぶる
 - すぐにかんしゃくをおこす
 - よくころぶ
- など

心配や不安なことなどをひとりで抱え込むと、気持ちが沈んだり、イライラしたり、しんどくなったりすると思います。市にはさまざまな相談機関があります。是非、身近なところにいる専門家とお話してみませんか。お気軽にご相談ください。

※葛城市の相談機関やお問い合わせ先は➡P24～25に記載しています。



こどもと遊ぼう

親は膝を曲げて座ります(体操座り)。こどもを膝のてっぺんに座らせ、親の足先に向けて滑らせます。



出典 厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」

もしかして虐待？

と思ったら迷わずに通報を！



あなたの1本のお電話で救われることもがあります /

秘密は厳守しますので安心してご相談ください



こちらでも
受付けて
います！



緊急のとき 児童相談所全国共通ダイヤル

いち はや く
1 8 9

問い合わせ先	受付時間 (※月～金(年末年始・祝日は除く))	電話番号
葛城市こども・若者サポートセンター	8時30分～17時15分	☎0745-48-8639
高田こども家庭相談センター	8時30分～17時15分	☎0745-22-6079
奈良県中央こども家庭相談センター	8時30分～17時15分	☎0742-26-3788

！ 児童虐待とは

保護者により18歳未満のこどもに加えられた行為(単なる事故ではない)で、こどもの心や身体を傷つけたり、健全な成長や、発育を損なう場合を言います。「児童虐待の防止等に関する法律」では児童虐待を以下の4つの行為類型に分類しています。

身体的虐待

身体に外傷(打撲傷、内出血などのあざ、骨折、刺傷、やけどなど)を与えることや暴力行為(殴る、蹴る、首を絞める、溺れさせる、逆さ吊りにする、冬の戸外に締め出す、熱湯をかける、異物を飲み込ませる)など。



性的虐待

性交、性的暴力、性的行為の強要。こどもにわいせつな行為を見せることや、ポルノグラフィの被写体を強要する、身体に執拗に触れるなども含みます。

心理的虐待

言葉による脅かしや拒否的な態度で、こどもに心理的外傷を与える行為。

こどもの心を傷つけることを言う、極端に無視する、兄弟姉妹と著しく差別的な扱いをするなど。またこどもの目の前でされる家庭内暴力など。

ネグレクト(養育の拒否、保護の怠慢)

- 適切な食事を与えない
- 入浴させない
- 不潔な環境の中で生活させる
- 病気になっても医師の診察を受けさせない
- こどもの意思に反して学校などに登校させない
- 乳幼児を家や車中に残したまま外出する など



こんな時の対処法

① 頭を強く打った！

意識がない場合は頭を高くして寝かせ、耳や鼻から血などの液体が出ている場合は出ている方を下にして寝かせます。

その後すぐに救急車を呼びましょう。

※他にも、吐く・顔色が悪い・普段はかかないびきをかくなど、異変が見られる場合はすぐに病院へ連れて行きましょう。





子育てがつらく なっていませんか？

こども・若者サポートセンター
☎0745-48-8639

point

1

体罰や暴言は 使わない

こどもだからといって暴力や暴言が許されるわけではありません。こどもにとって大人から叩かれることはとても怖いことであり、ちょっと叩かれただけ、怒鳴られただけでも心に大きなダメージを受けることもあります。

point

2

こどもはSOSを 発信できていますか？



親に恐怖を持ったこどもは、親に気に入られる様に、親の顔色を見て行動するようになります。心配ごとを打ち明けられない関係は、いじめや非行など、より大きな問題に発展してしまう可能性もあります。

point

3

イライラしても大丈夫 クールダウンが大事

こどもが言うことを聞いてくれないときに、イライラすることは誰でもあることです。深呼吸する、窓を開けて風に当たるなど、自分なりのクールダウン法を見つけておきましょう。



point

4

親もSOSを 出そう



育児の負担を一人で抱え込まずに、家族に分担してもらったり、自治体やNPO、企業などのさまざまな支援サービス（ファミリーサポート、産前産後・子育てお助け隊、一時預かりなど（P26～28））の利用も検討しましょう。子育ての苦悩について気軽に相談できる友だちもできるといいですね。

point

5

こどもの気持ちと行動を 分けて考え、育ちを応援

2～3歳のこどもの「イヤ」は自我の芽生えであり、成長の証でもあります。「わがままな子になっては困る」という想いから、親は指示的に対応してしまうこともありますが、こどもの成長過程で必ず通る道だと大らかに構えて、こどもの意思を後押ししていきましょう。



出典／「子どもを健やかに育むために～愛の鞭ゼロ作戦～」

（平成28年度 厚生労働省科学研究費補助金 健やか次世代育成総合研究事業）を元に作成

こんな時の対処法

❷ 胸やお腹を強く打った！

静かに寝かせて、様子を見ます。

打ち身やあざが出来た場合、冷たくしたタオルで患部を冷やしてあげましょう。

※顔色が悪い・吐くなどの異変が見られる場合、救急車を呼ぶか、すぐに病院へ連れて行きましょう。



児童虐待の予防



急な病気になったら

急な病気などでお困りの時



	内容	連絡先	受付時間
こども救急 電話相談	急な発熱など、こどもの急病時に受診をした方が良いのか相談できる	#8000 0742-20-8119	平日 18時～翌朝8時 土曜日 13時～翌朝8時 日・祝日、年末年始 8時～翌朝8時
奈良県救急 安心センター 相談ダイヤル	急病時に受診すべきか相談できる	#7119 0744-20-0119	24時間相談対応
中毒110番	多種の誤飲を起こした時の相談	大阪 072-727-2499 つくば 029-852-9999	大阪 365日 24時間 つくば 365日 9時～21時
たばこの誤飲	たばこ誤飲事故専用相談	072-726-9922	365日 24時間対応



広 告

医療法人K&D
堀内歯科

診療時間 月 火 水 木 金 土 日・祝

9:00～12:00

● ● ● ● ● ● /

14:00～17:00

● ● ● ▲ ● ● /

▲木曜の午後診の最終予約は、15:30です。[休診日] 日曜・祝日

葛城市北花内723-1

0745-69-2882



休日・夜間診療所

- 受付時間については、診察可能な受診者数を超えた場合は、受付終了時間前であっても、受付を終了する場合がありますので、ご了承ください。
- 受診の際には、現金と健康保険の資格が確認できるもの及び子ども医療費助成制度の受給資格証などを必ず持参してください。

葛城地区休日診療所

所在地 大和高田市西町1番45号(大和高田市保健センター1階)

診療科目 内科・小児科・歯科 電話 **0745-22-7003**

診療日 日曜日と祝日(日曜日と重なる代替休日も含む)
年末年始(12月29日～1月3日)

受付時間 8時30分～11時30分 13時～15時30分 17時30分～20時30分
※歯科診療受付は15時30分までです。

橿原市休日夜間応急診療所

中南和地域の乳幼児を対象に、深夜間における乳幼児の診療を行っています。

所在地 橿原市畝傍町9-1(橿原市保健福祉センター1階)

診療科目 小児科

電話 **0744-22-9683** ※必ず事前にお問い合わせください。

診療日 毎日

深夜診療時間 23時30分～5時30分(診察は24時～6時まで)

その他の休日診療所は厚生労働省のホームページでご確認ください。

医療情報ネット(ナビ) <https://www.iryuu.teikyouseido.mhlw.go.jp>
全国の病院などが検索できるサイトです。



— 広 告 —



医療法人

堀内医院

内科

小児科

麻酔科(堀内忠樹)

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	—
17:00～19:30	○	—	○	—	○	—	—

葛城市忍海
338-4

0745-62-2958



病
気
・
け
が
・
防
災



病気・けがのための 対応マニュアル

熱が出た



赤ちゃんの様子

- ① 顔色が悪い
- ② ぐったりしている
- ③ 嘔吐・下痢
- ④ 意識がもうろうとしている
- ⑤ 息が苦しそう
- ⑥ 尿がいつもより少ない

などを確認します。

対策や 注意

赤ちゃんの様子を総合的に判断して受診を検討しましょう。赤ちゃんの平熱は大人より高めで、37度以上のこともあります。37.5度以上の熱があったときは、洋服を着せすぎているかなどを確認・調節し、再度測ってみましょう。40度以上の高熱や、3か月未満の赤ちゃんで38度以上あるときには診療時間外でも受診しましょう。

便秘になった



赤ちゃんの様子

- ① 便が硬くて出にくい・肛門が切れる
- ② 便が出ない日が続いていて、食欲もない

などを確認します。

対策や 注意

上記のような場合には受診を検討します。いつもより排便の間隔が空いている場合には、綿棒で肛門を刺激して排便を促してみましょう。排便が数日に1回でも出ていて、機嫌、食欲、顔色、活気が普段通りであれば様子をみましょう。

吐いた



赤ちゃんの様子

- ① 飲んででもすぐに吐く
- ② 発熱
- ③ 下痢を伴っている
- ④ 頭を強く打った後に嘔吐した
- ⑤ 定期的に激しく泣く

などを確認します。

対策や 注意

嘔吐以外に上記のような症状もある場合や何回も吐く場合は、病院を受診しましょう。それ以外の、症状がないか嘔吐の症状が軽い場合は様子を見ましょう。顔や体を横に向け、吐いた物で気管を詰まらせないように注意してください。

下痢をした



赤ちゃんの様子

- ① 嘔吐を伴っている
- ② 飲んででもすぐに吐く
- ③ 発熱
- ④ 発疹
- ⑤ 定期的に激しく泣く
- ⑥ 便の状態（血便、真っ黒い便、母子健康手帳の便色カードの1〜3番に近い色の便）

などを確認します。

対策や 注意

におい、症状、回数などいつもと違う点を観察し一時的なものかどうか注意して見るようにしましょう。特に上のような便色の異常がみられるときは早めに受診しましょう。下痢が続くと脱水症状を引き起こすこともあります。こまめに水分をとらせるようこころがけましょう。

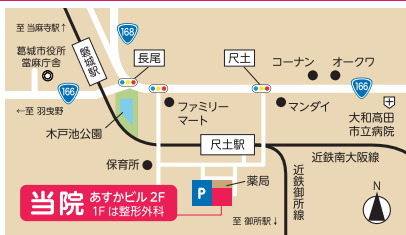
広 告

医療法人 桜雲会
あや眼科クリニック

院長 安井 絢子 日本眼科学会 眼科専門医

診療時間

	月	火	水	木	金	土	日祝
午前診 9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	—
午後診 14:30~17:30	●	●	●	●	●	●	—



TEL. **0745-48-0017** 葛城市尺土 9-10 あすかビル 2 階



咳が出た

赤ちゃんの様子

- 1 発熱
- 2 呼吸が苦しそう
- 3 食欲がない
- 4 機嫌が悪い

などを確認します。



対策や注意

呼吸困難を起こしたときや眠れていないときは受診しましょう。お風呂に入ったり部屋を加湿したり、口元に蒸しタオルを近づけたりして湿った空気を吸い込むことにより痰が出やすくなります。咳が激しい場合は無理に食事を与える必要はないですが、水分はしっかりとらせるようにしましょう。

けいれんが出た

赤ちゃんの様子

- 1 けいれんが何分続いているか(3分以上続いている場合は救急車を呼ぶ準備をします)
- 2 どのようなけいれんか(全身けいれん、片側だけのけいれん、目の向きがおかしいなど)
- 3 発熱
- 4 けいれん後も意識がはっきりしない

などを確認します。



対策や注意

呼吸がしやすいように平らなところに寝かせましょう。けいれんの際に吐いてしまうと、吐いた物で窒息してしまう可能性があります。顔や体を横に向け、吐いた物で気管を詰まらせないように注意してください。

誤飲をした



対策や注意

誤飲したものによって処置の方法が異なるため、119番や中毒110番、医療機関などに連絡して適切な指示を受けましょう。(→P40～P41)すぐに吐かせようと焦りがちですが、以下の場合には絶対に吐かせてはいけません。

絶対に吐かせてはいけない場合

- 1 意識障害がある
- 2 けいれんを起こしている
- 3 灯油、ベンジン、マニキュア、除光液、強アルカリ、強酸、洗剤、漂白剤、ボタン電池などの誤飲
- 4 血を吐いた
- 5 とがった物の誤飲 など



！ 乳幼児突然死症候群(SIDS)の予防のために

乳幼児突然死症候群(SIDS:Sudden Infant Death Syndrome)は、それまで元気だった赤ちゃんが、事故や窒息ではなく、眠っている間に突然死してしまう病気です。

SIDSの原因はまだ分かっていませんが、男児、早産児、低出生体重児、冬季、早朝から午前中、うつぶせ寝や両親の喫煙、人工栄養児で多いといわれています。

予防のポイント

- 1 うつぶせ寝は避けましょう。
- 2 たばこはやめましょう。
- 3 できるだけ母乳で育てましょう。

広告



南平整形外科リウマチ科

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前診 9:00～12:00 (受付 8:30～11:30)	●	●	●	●	●	●
午後診 14:00～17:00 (受付 13:30～16:30)	●	●	●	×	●	×
夕診 17:00～19:00 (受付 16:30～18:30)	●	×	●	×	●	×

休診日/木・土曜日午後、日曜、祝日

- ・駐車場約20台
- ・近鉄南大阪線土駅下車徒歩1分

TEL:0745-48-5028

奈良県葛城市尺土9-10 あすかビル1階



病気が防災



うちの危険箇所チェック

うちの中には、こどもの興味を引く「危険」がたくさんあります。
あてはまる場所やものの位置をしっかりと確認して、事故対策を家族で
考えておきましょう。

ベランダ

踏み台があると登って…(転落)
ベランダの柵の幅は大丈夫？

キッチン

刃物でのけが、熱い鍋
などでのやけど
2歳くらいになると背伸びす
れば届くので注意が必要。

階段

転倒・転落

電気ケトル

転倒時の湯漏れによるやけど
湯気(スチーム)をさわってのや
けど、コードをひっぱる・かじる

ビニール袋

窒息の危険、誤飲

アイロン

やけど
コードをひっぱる・かじる

テーブル

テーブルクロスをひっ
ぱって上のものの落下
によるけが

おもちゃ

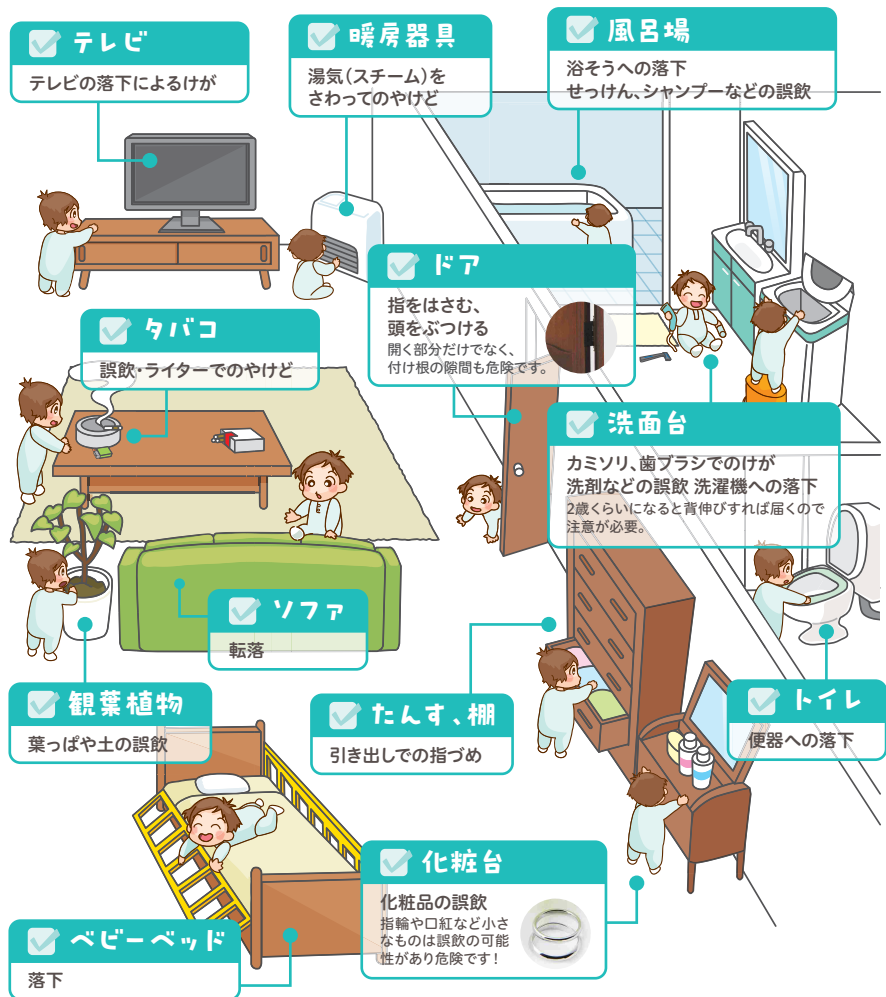
誤飲
小さなおもちゃ
は誤飲の可能性
があり危険！



こどもと遊ぼう

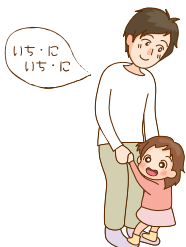
「すべり台」の要領で座ります。親のほう
を向いて、足の甲の上に座ります。落ちな
いようにすねにしがみついてもかまいま
せん。親はおなかに力を入れて、足先を持
ち上げ、上下に動かします。親の腹筋も
鍛えられます。





\\ こどもと遊ぼう //

親子で向かい合って両手をつなぎます。こどもは、親の右足の上に左足、左足の上に右足をのせます。親の両足に、こどもが乗る形で、つないでいる両手でバランスをとりながら、二人三脚のように、息を合わせて一歩ずつ前進します。



出典 厚生労働省「健全育成のための活動プログラム」





大人の防災グッズに **プラス** しよう!

防災グッズ チェックリスト

いざという時のために、備えておきたい防災グッズ。大人の防災グッズにプラスして、こども用の防災グッズも見直し、備えておきましょう。



緊急避難時!

おさんぽバッグに **プラス**

- ☒ 母子健康手帳
- ☒ 止血パッド
- ☒ モバイルバッテリー
- ☒ 笛
- ☒ お菓子 (キャラメル・あめなどアレルギーの低いものを少し)
- ☒ 抱っこ紐 (万が一閉じ込められた時に)
- ☒ 抱っこ紐 (ベビーカーの時も持ち歩くと、避難時に便利です)



常にバッグに入れておき、誰でもすぐにわかり使えるように!

抱っこ紐は鞆に入る軽量タイプや、ウエストに収納するタイプが持ち歩きに便利!

自宅から避難!

非常持ち出し品に **プラス**

- ☒ 防災頭巾・ヘルメット
- ☒ レインコート
- ☒ マスクや軍手
- ☒ 衣料品3日分 (特に下着)
- ☒ オムツ3日分
- ☒ おしりふき (ウェットティッシュ)
- ☒ ミルク1日分
- ☒ 哺乳瓶 (使い捨てタイプ)
- ☒ こどもの食料1日分 (月齢に合った好きな物)
- ☒ 離乳食スプーン
- ☒ 食品用ラップ (スプーンや皿に巻けば汚さず使える)
- ☒ 紙コップ&ストロー
- ☒ こどもの好きなもの (お菓子やおもちゃなど)

着て行く



個包装の粉ミルクや液体ミルクが便利!



— 広 告 —

ガス衣類乾燥機
乾太くん



ガスならではの
パワフル乾燥!

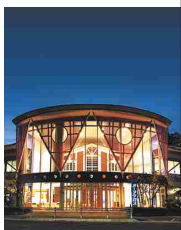
♡大阪ガス サービスショップ

プロパンガス(LPガス)供給

くらしあんしん LOVELY LIFE

- ・燃料電池・太陽電池・蓄電池
- ・床暖房スツク・エアコン・ガス衣類乾燥機
- ・システムキッチン・システムバス・トイレ

オ・タ・ケ・ガ・ス
リフォーム&ライフ・クリエイト・カンパニー



ガス・電気料金シミュレーション実施中!!

株式会社 大武

香芝市西真美 1-2-3

0120-803-202

災害後自宅で
過ごすための！

非常用備蓄にプラス



ベビーフードは
そのまま食べられる
瓶や容器入りが便利

☒ 飲料水7日分（1人1日3リットル、
粉ミルク用も）

☒ 粉ミルク7日分

☒ こどもの食料7日分（月齢に合っ
た好きな物）

☒ オムツ&おしりふき7日分

☒ カセットコンロ

☒ ボンベ

☒ やかん



「使える備え」にしよう！

こどもの防災グッズのそろえ方のコツ！



☒ 買い置きを備蓄に！
「ローリングストック」を活用！

普段から多めに買い置きを
し、使った分を補充する
「ローリングストック方式」
を活用しましょう。年齢に
合わせて変化していく非常
食や消耗品（オムツなど）の
管理がしやすくなります。



☒ こどもの食べられるものを
用意しよう！

防災用のお菓子やパン、フ
ルーツの缶詰などこどもが
食べ慣れたものや好物を
用意してあげましょう。ア
レルギーがある場合は、少
し多めにアレルギー対応
食を用意しましょう。



☒ 持ち出し品は持ち出せる重さに！



持ち出し品は最小限にし
ましょう。特に小さいこ
どもがいる場合、こどもを
抱っこした状態で一緒に
持てる重さか一度確認し
てみてください。

☒ 避難生活の不安をやわらげよう！



その子ならではの日常
に必要なものがあれば
用意を。また発熱材やカ
セットコンロ&ガスボン
ベを用意しておく、温
かいものを食べること
ができ、気持ちもほっと
温まります。

広 告

医療法人 向聖台會

當麻病院

地域活動支援センター
相談支援事業所
まんだらトボス

（近鉄南大阪線当麻寺駅
近鉄大阪線大和高田駅
JR和歌山線・桜井線高田駅より送迎有）

〒639-0273 奈良県葛城市染野520番地

☎0745-48-2661

<https://kohseidaikai.or.jp>



病
気
・
け
が
が
防
災



2025年度版

子育て支援情報誌

かつらぎっこ

葛城市

令和7年5月発行

発行

葛城市／株式会社サイネックス



葛城市HP



サイネックスHP

制作

株式会社サイネックス

〒543-0001 大阪府大阪市天王寺区上本町5-3-15

TEL.06-6766-3333(大代表)

広告販売

株式会社サイネックス 大阪支店

〒543-0001 大阪府大阪市天王寺区上本町5-3-15

TEL.06-6766-3350

※掲載している広告は、令和7年3月現在の情報です。

UD FONT

見やすいユニバーサルデザイン
フォントを採用しています。

無断で複写、転載することをご遠慮ください。

QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。