

# 健康課からのお知らせ

## ◆乳幼児健診会場変更について◆

乳幼児健診（3～4か月児・9～10か月児・1才6か月児・3才児）は、令和8年4月より大和保健福祉センターやまつじ（大和町徳永618）へ会場を変更します。

## ◆すくすくカレンダー・予防接種医療機関一覧について◆

各家庭へ送付していましたが「すくすくカレンダー」「予防接種医療機関一覧」について令和8年度版より案内方法を個別送付からホームページへの掲載に変更します。今後はホームページでの確認をお願いします。

郡上市ホームページ「母と子の健康」のページに「すくすくカレンダー」を掲載しています。年度末には、次年度のカレンダーに更新します。  
(右側の二次元バーコードから確認できます。)

すくすくカレンダー



赤ちゃん訪問でお渡ししている「予防接種と子どもの健康」「予防接種のてびき」を参考に、十分理解したうえでの接種をお願いします。予防接種によっては追加接種を行うものもあります。乳幼児期にしっかりと基礎免疫をつくり、予防接種を効果的にするためにも接種もれがないようご確認ください。「予防接種医療機関一覧」は随時更新していきますので、郡上市のホームページをご確認ください。  
(右側の二次元バーコードから確認できます。)

予防接種  
医療機関一覧



## ◆乳幼児健康相談◆

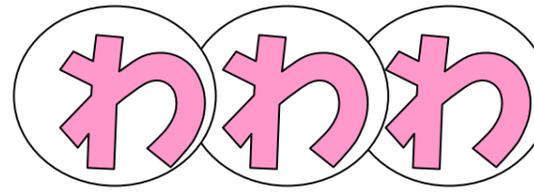
乳幼児とその保護者を対象に、お子さんの身体計測のほか子育てに関すること、離乳食など食事に関することなどを、保健師や栄養士にお話しすることができます。事前に予約が必要ですので、参加される方はお電話ください。

【お問い合わせ・申し込み】健康福祉部健康課 八幡・美並・明宝・和良地域担当 TEL67-1834  
大和・白鳥・高鷲地域担当 TEL88-4511



子どもがぐずった時

ママと一緒にいられる、それだけで満足だった子どもたちも成長とともに自分の意志が芽生え、やりたいこと嫌なことなど自己主張するようになってきます。とても嬉しいことなのですが大人の意に沿わない主張や聞き入れ難いこともあり、困ってしまうこともありますね。できるだけ早く機嫌を直してほしい、できることならぐずったり癩癪をおこしてほしくないと言ったり、先回りしてやってあげることもあるかもしれませんが、でもそれは“ぐずれば思い通りになる”と学習することや、子どもが成長する機会を奪ってしまうことに繋がるかもしれません。思うようにならないことがあった時は子どもが嫌な気持ちを切り替えることを学ぶチャンスでもあります。子どもの気持ちを受け止めながら気持ちが切り替わるのを待つことが大切、数分でいいので子どもに共感し、寄り添う声掛けを続け、そのうえでどうしてほしいか伝えてみましょう。子どもが嫌な気持ちを自分で切り替えるには練習が必要です。怒ったり泣いたりしなくてもママ、パパはわかってる、大丈夫だよ、安心してね、と伝われば、大泣きして駄々をこねるようなことも少なくなってくると思います。学びのチャンスを逃さないよう、寄り添う時間を確保しながら気長に待つことを心がけてみませんか。 M.T



2026. 3月号 NO. 212

郡上市子育て支援センター（はちまん児童館内）  
〒501-4221 郡上市八幡町小野8-5-1

TEL (0575) 66-0209 (はちまん児童館)

時間/月～金曜日 8時30分～17時15分

～輪・和・笑～

子育て支援サイト URL <http://gujo-kosodate.net>



郡上市子育て支援サイト「わわわ」では、毎月の通信を見ることができます。また、市内のいろいろな子育て情報も発信しています。

「郡上市子育て支援わわわ」公式Instagramで配信中です！



1歳6ヶ月くらいからはじまる

## イヤイヤ期の乗り切り方

1歳代後半になると自我が芽生え、心の自立が始まります。自分でやりたがり、うまくできずにかんしゃくを起こして親を困らせることもあります。この時期の失敗や成功の経験は、その後の自立につながっていきます。

### ★イヤイヤが止まらないときの対処法★

#### STEP1



#### 子どもの「イヤ」の気持ちを言語化

細かい理由はともかく、子どもにとって自分が「イヤ」と思っていることがすべてです。「これ、イヤだよねえ」と気持ちに寄り添い、まずはイヤだという気持ちを言葉にして返してあげましょう。

#### STEP2



#### 別の選択肢を提案して、本人に選ばせる

少し落ち着いたところを見計らって「みどりとピンクのどっちがいい？」など別の選択肢や「お着替えと歯みがきのどっちからする？」など順番を選んでもらうと、自分で選んだ満足感も手伝って気持ちを切り替えやすくなります。

#### STEP3



#### 親子で気持ちを切り替える

イヤイヤ最盛期の子どもに「YES」はありません。どうしようもない時もありますね。親子でイライラするより、外にでて環境を変えたり、飲み物を飲んで一息ついたりして、気持ちを切り替えるきっかけをつくりましょう。

「イヤイヤ」が始まったら、気持ちの切り替えを促します。でもどうしようもない時は親があきらめることも大切なポイントですね。しかし、本当に危険なことや人を困らせることをした時にはきっぱりと注意することも必要。そんな時は「その場で」「短い言葉」で伝えましょう。何がいけなかったのかを繰り返し伝えることで、子どもなりに分かってくれるようになります。

