



すくすく通信

2026年
子育て世代包括支援センター
子育て支援室

太陽の日差しの下、戸外や水遊びなど五感を刺激する遊びが楽しい季節になりました。お子さんと遊ぶなかで、「ほめる」についてもう一度考えてみませんか。どんな言葉がお子さんに伝わりやすいのか、紹介します。



ほ

め

る

って

す

て

き

いつほめる？ 何てほめる？



「お片付け
ありがとう」
「うれしかったよ。」

みんなの前でほめる

お子さんの頑張りや良さをみんなに伝えることで、人とのつながりを感じ社会性をはぐくみます。

具体的にほめる

「もう一回みせて」「どうなってるのかな」など質問したりやりとりしながらその場ですぐに声をかけると、伝わりやすく次の動きにつながります。

「歯磨きシャカシャカ
気持ちいいね。」

「すみっこのごみも
みつけたね、きれいになったね。」



「つみきがつめたね、
何回も挑戦したね。」
「あきらめずに
頑張ったね。」

プロセスをほめる

できた結果ではなくそれまでの過程を認めましょう。自信につながります。

大人も自分をほめてあげて

ママ、パパが自分を大切にすることが子どもの自己肯定感を高めます。
「自分は頑張っているんだ。」と自分をほめてあげましょう。

