

## 5歳児健診を受けられる保護者の方へ

### < 目 的 >

5歳児健診は就学期を迎える前に、5歳児の心身の成長発達を診査することで、必要な準備を始める契機になることを目的とします。

### < 方 法 >

健診の流れの表をご参照ください。

### 5歳児の力

(鳥取大学附属小学校校長 小枝達也著作から)

まだまだ自分の腕の中にいると思っていたわが子が、次第に自分の世界を持ち始める。それが5歳です。

食事動作だけでなく、衣服の着脱や排泄なども自立し、自分のことは自分ですという力が身についてきます。遊びも集団遊びが中心となり、協力して遊ぶ、ルールのある遊びの魅力を知る、といった時期でもあります。そして「あしたも遊ぼうね」と相手に対する配慮を示してくれるようにもなってきます。

単に会話が成り立つだけでなく、自分の考えを主張し、気持ちを表現するようになります。昨日、今日、明日などの時間感覚を持ち、簡単な因果関係を理解するようになります。少し前のことなら振り返ることもできるようになりますし、これから始まることの見通しも持てるようになります。今はできないけど、続けていると上達するという見通しの力がついてくるとかんしゃくが減ってきます。

運動のバランス感覚は上達し、ブランコをこいだり、ボールをキャッチすることができるようになります。折り紙を折る、ダンボールでロボットを作ることも覚え、複数の人が登場する絵を描くようになります。

親としてはどこまで子どもに任せたらいいのか、どこまで手伝って、どこからは自分でするように仕向けたらいいのか、子育ての手加減に迷う時期でもあります。手伝ってしまうのでもなく、自分でしなさいと突き放すのでもなく、教示を与えてできるまで根気よく見守るという態度が求められる年齢、それが5歳と言えるでしょう。

## 健診の流れ

5歳児健診を広報で知る

5歳児健診を実施機関へ申し入れる

実施機関から健診用紙をもらう

- ・ 健診の説明書・・・2枚
- ・ 生活習慣チェック表・・・1枚
- ・ 「子どもの強さと困難さアンケート(SDQ)」・・・2枚(保護者用、担任用)

保護者が問診表を記入  
生活習慣チェック表  
SDQ表

幼稚園・保育園の担任の  
先生がSDQ表を記入

すべてのチェック表が揃ったら実施機関へ健診の日時を予約する

実施機関で健診を受ける

### 持参する物

- ・ 保険証並びに医療証
- ・ 母子手帳
- ・ 生活習慣チェック表
- ・ SDQ表 2枚(保護者用、担任用)

## 生活習慣チェック表

保護者用

初めにお尋ねします。

お子様の就園形態に をつけて下さい。( 幼稚園 保育園 )

次にお子様の生活習慣についてお尋ねします。回答欄の当てはまる番号に を付けて下さい。

質問内容	回答欄	備考
1. 朝はだいたい何時頃起床しますか	1 午前7時以前 2 7時～8時 3 8時以降	
2. 朝食は毎日摂りますか	1 はい 2 時々摂らない 3 ほとんど摂らない	
3. 毎日外で遊びますか	1 はい 2 時々遊ぶ 3 ほとんど遊ばない	
4. 夕食はだいたい何時頃摂りますか	1 午後6時台かそれ以前 2 7時～8時 3 8時以降	
5. メディアとの接触は時間を決めて行っていますか	1 見せていない 2 2時間未満 3 2時間以上	
6. 夜9時以降に メディアと接触させていますか	1 いいえ 2 時々 3 よくある	
7. 夜9時以降にお子さんを連れて外出することがありますか	1 いいえ 2 時々 3 よくある	
8. 夜はだいたい何時頃にベッド(ふとん)に入りますか	1 午後9時以前 2 9時～10時 3 10時以降	
9. 同居家族の方にお一人でも喫煙される方がいますか	1 いいえ 2 はい	

質問5・6.のメディアとは、テレビ、ビデオ、DVD、テレビゲーム、携帯ゲーム等です。



## 5歳児健診 - 東京方式 - へご協力ください

5歳児健診は就学期を迎える前に、5歳児の心身の成長発達を診査することで、必要な準備を始める契機になることを目的としています。

5歳児健診 - 東京方式 - は、家庭では捉えきれない集団でのお子様の様子を知ることが健診の一つの特徴となっております。そのため保育園・幼稚園の担任の先生方のご協力が不可欠です。お忙しいところお手数をおかけしますが、保護者様が持参されました質問紙へのご協力をお願い致したく、どうぞよろしくお願いいたします。

### <方 法>

5歳児健診の流れは裏面の表をご参照ください。

質問紙「子どもの強さと困難さアンケート」(Strengths and Difficulties Questionnaire : SDQ) は、記入終了後、保護者様にお渡しく下さい。

5歳児健診 - 東京方式 - をご理解いただき、どうぞよろしくご協力のほどお願い致します。

5歳児健診担当医

# 健診の流れ

5歳児健診を広報で知る

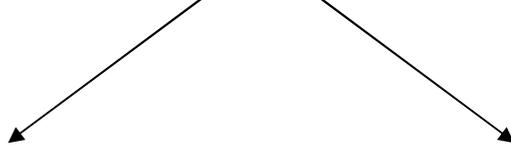


5歳児健診を実施機関へ申し入れる



実施機関から健診用紙をもらう

- ・ 健診の説明書…2枚
- ・ 生活習慣チェック表…1枚
- ・ 「子どもの強さと困難さアンケート(SDQ)」…2枚(保護者用、担任用)



保護者が問診表を記入  
生活習慣チェック表  
SDQ表

幼稚園・保育園の担任の  
先生がSDQ表を記入



すべてのチェック表が揃ったら実施機関へ健診の日時を予約する



実施機関で健診を受ける

## 持参する物

- ・ 保険証並びに医療証
- ・ 母子手帳
- ・ 生活習慣チェック表
- ・ SDQ表 2枚(保護者用、担任用)

「子どもの強さと困難さアンケート」

(Strengths and Difficulties Questionnaire : SDQ)

以下のそれぞれの質問項目について、「あてはまらない」、「まああてはまる」、「あてはまる」のいずれかのボックスにチェックをつけて下さい(例:☑)

答えに自信がなくても、或いは、その質問がばからしいと思えたとしても、全部の質問にお答え下さい。

あなたのお子さんのここ半年くらいの行動についてお答え下さい。

お子さんのお名前：..... 性別： 男児 / 女児

お子さんのお誕生日：.....年.....月.....日 0 1 2

あてはまらない    まああてはまる    あてはまる

1 他人の気持ちをよく気づかう。

2 落ち着きがなく、長い間じっとしてられない。

3 頭がいたい、お腹がいたい、気持ちが悪いなどと、よくうったえる。

4 他の子どもたちと、よく分け合う(おやつ・おもちゃ・鉛筆など)

5 カットなったり、かんしゃくをおこしたりする事がよくある。

6 一人であるのが好きで、一人で遊ぶことが多い。

7 素直で、大体は大人の言うことをよく聞く。 2            1            0

8 心配ごとが多く、いつも不安なようだ。

9 誰かが心を痛めていたり、落ち込んでいたり、  
嫌な思いをしているときなど、すすんで助ける。

10 いつもそわそわしたり、もじもじしている。

11 仲の良い友だちが少なくとも一人はいる。 2            1            0

12 よく他の子とけんかをしたり、いじめたりする。

13 おちこんでしずんでいたり、涙ぐんでいたりすることがよくある。

14 他の子どもたちから、だいたい好かれているようだ。 2            1            0

15 すぐに気が散りやすく、注意を集中できない。

16 目新しい場面に直面すると不安ですがりついたり、すぐに自信をなくす。

17 年下の子どもに対してやさしい。

18 よく大人に対して口答えする。

19 他の子から、いじめの対象にされたり、からかわれたりする。

20 自分からすすんでよく他人を手伝う(親・先生・子どもたちなど)

21 よく考えてから行動することができる。 2            1            0

22 他の人にたいしていじわるをする。

23 他の子どもより、大人といる方がうまくいくようだ。

24 こわがりで、すぐにおびえたりする。

25 ものごとを最後までやりとげ、集中力もある。 2            1            0

署名：..... 日付：.....年.....年.....日

ご回答くださったのはどなたですか( をつけてください) 親 / 保育士・教師 / その他(具体的に: )