

非認知能力
(社会情動的スキル)を
育むリーフレット

●●----- 乳幼児期に育みたい! -----●●

未来に向かう力

目標に向かって がんばる力

- ・忍耐力(粘り強さ)
- ・自制心(がまんする力)
- ・意欲 など



安全基地

子どもの
心のよりどころ
安心できる人

人と関わる力

- ・人の気持ちを感じる力
- ・共感
- ・思いやり など



気持ちを コントロールする力

- ・自尊心
- ・自信
- ・ルールを守る など



未来に向かう力って何？

「未来に向かう力」とは、自分やまわりの人たちと、折り合いをつける力のことです。例えば、目標に向かってがんばる力、気持ちをコントロールする力、他の人と関わる力などがあげられます。「非認知能力（ひにんちのうりょく）」や「社会情動的（しゃかいじょうどうてき）スキル」とも呼ばれます。

最近の研究で、記憶力や推論する力などのIQで測れる「認知能力」だけでなく、この「未来に向かう力」が、子どもの将来にとって大事であることが明らかになっています。

幼児教育や保育の内容などを国が示したもの（※1）にもその内容が組み込まれるなど、乳幼児期から育むことのできる力です。

※1 幼稚園教育要領、保育所保育指針、幼保連携型認定こども園教育・保育要領



京都大学 大学院
准教授
森口先生

未来に向かう力 どうして必要？

乳幼児期に「未来に向かう力」が育まると、それを土台として、小学生のころにはさらに大きく育まれていきます。それによって、難しい問題に挑戦したり、友だちと協力したり、困った時に人を頼ったりする力につながります。また、学習などがわかる力・考える力を育むことにもつながります。さらに、「未来に向かう力」は、大人になった時に社会を生き抜く力にもつながります。

も く じ

1

「安全基地」が未来に向かう力の土台になります

2～4 ページ

子どもにとっての
安全基地（信頼・安心感など）を
育みます

2

乳幼児期（0～2歳ごろ）の大切なことって？

5～6 ページ

「未来に向かう力」の芽を
育みます

3

幼児期（3～5歳ごろ）の大切なことって？①

7～8 ページ

目標に向かってがんばる力や
気持ちをコントロールする力を
育みます

4

幼児期（3～5歳ごろ）の大切なことって？②

9 ページ

人と関わる力を
育みます

※このリーフレットに示した発育の時期は一例です。子ども一人ひとりに、違った発育の姿が見られます。

難しそう……

今でも子育てが
たいへんなのに……

未来に向かう力を育むっていうけれど……

そんなの
できない……

どうすれば
いいの？

そんなこと
してこなかったけれど……

いつも笑顔では
いられない……



「安全基地」が未来に向かう力の土台になります

子どもにとっての安全基地（信頼・安心感など）を育みます

「安全基地」とは……

- 子どもの不安をいつでも受けとめる、安心できる大人が安全基地です。子どもの心よりどころのことで、物理的な場所としての基地を作るのとは異なります。
- 子どもが不安な時などに、体や気持ちを受けとめてもらえることで、安心感や信頼感が生まれます。これを繰り返すことで安全基地ができます。
- いざという時に頼れるところ（安全基地）があることで、子どもはいろいろなことにチャレンジしようという気持ちになれます。安全基地が、子どもの「未来に向かう力」の土台となります。

**特別難しいことをするのではなく、
日常の関わりの中で、育まれます。**



森口先生



子育ては…… たいへんなこと いろいろありますね

こんな場面が**安全基地**に……

よちよち歩きの時



子どもがよちよち歩いていると、ころばないかと心配かもしれませんが、ここは見守っておきましょう。

あっ

ころんでしまうこともあります。そんな時は……



また立とう、歩こうとしているなら、ちょっと様子を見て……



子どもが歩きだしたなら、また、見守っておきましょう。



泣いてしまったなら、困っているサイン。子どもの側に行って……



「痛かったね」「もう大丈夫だよ」と、子どもに触れながら語りかけます。

赤ちゃんが泣いている時



赤ちゃんは「おなかすいたよ」「あついよ」「べたべたするよ」など、泣いて伝えます。

おなかすいたの？ あついの？

声や表情、動きなどから想像して、話しかけましょう。スキンシップも大事です。

幼児が泣いている時



どうしたの？ ○○がいやだったの？

幼児が泣いている時は、「なんとかして！」のサイン。「○○かな？」と聞いてみましょう。

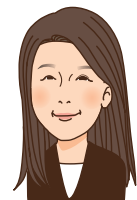
気持ちが落ち着くまで付き合うことで、子どもは安心します。

子どもが楽しく活動している時は、そっと見守ることが大切

子どものためと思って、先回りして大人がしたり、手伝ったりすることで、成長のチャンスを取り上げてしまうことがあります。見守る時の距離は、子どもの成長とともに広がっていきます。

いざという時は、子どもにしっかり寄りそい、“心の燃料”を補給してあげよう！

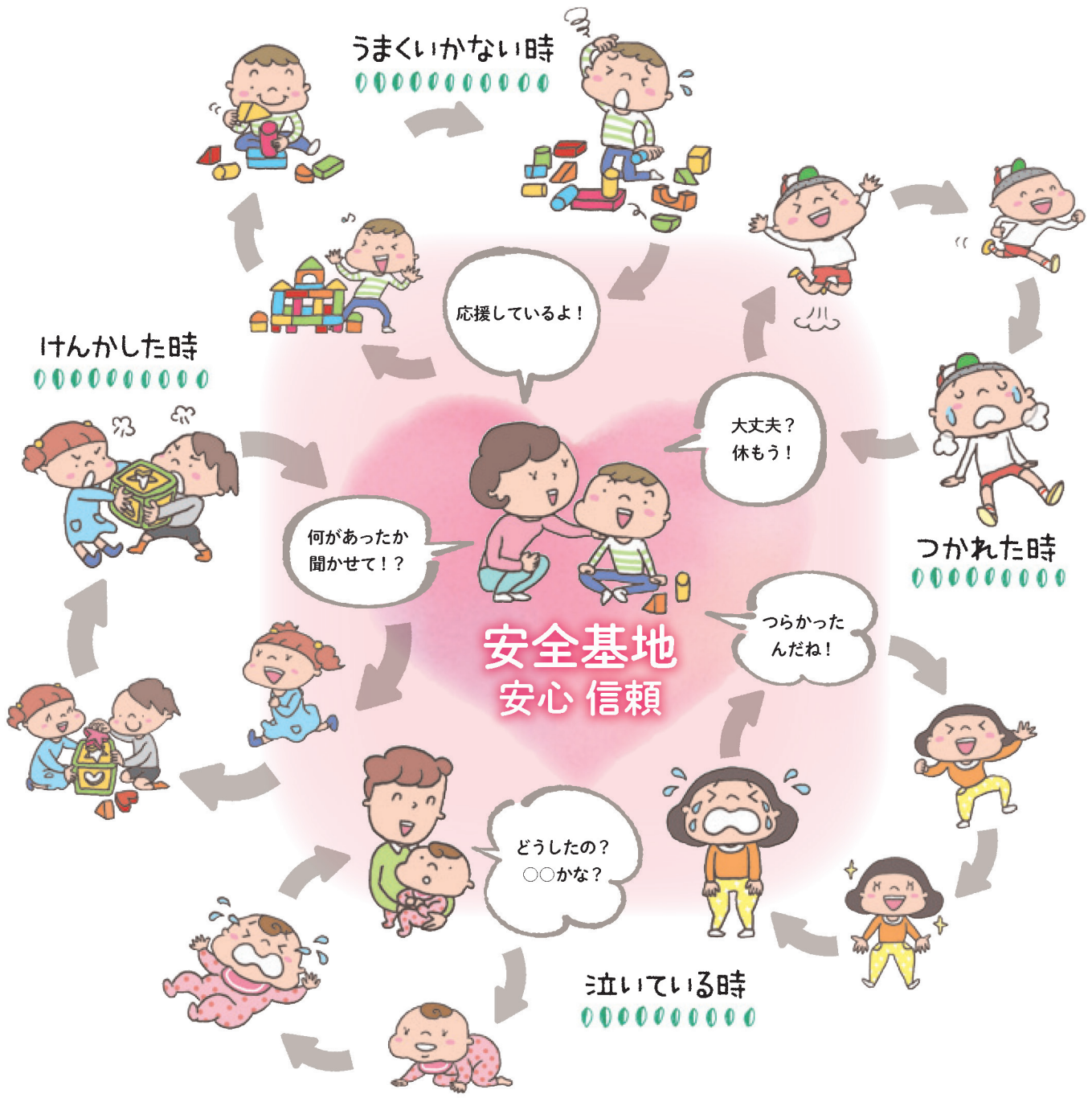
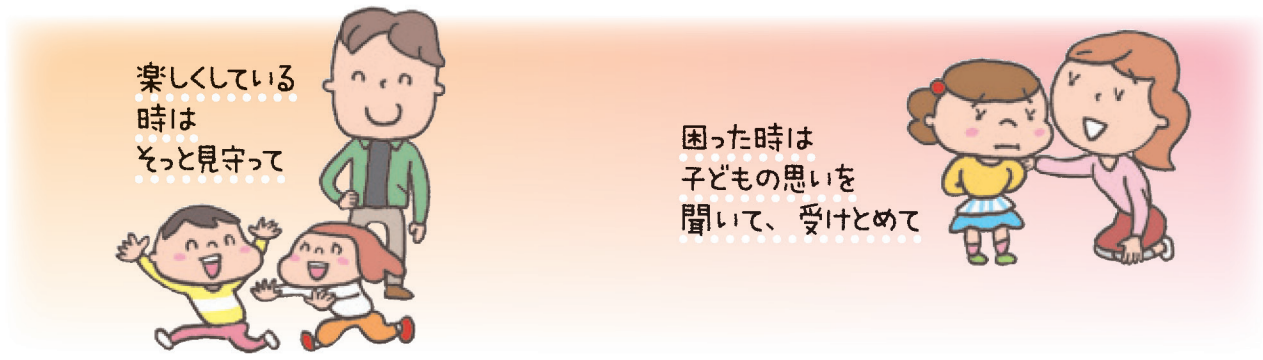
見守る中で、子どもが不安や悲しみを感じているようなら、優しくなぐさめたり、はげましたりしましょう。そうすることで、子どもは自分が守られていることを実感し、不安な気持ちを立て直すことができます。



大阪総合保育大学
大学院 教授
大方先生

日常の関わりが、子どもの力につながっています

こんな日常の関わりが実はとても大切なのです



「子育てのストレスが……」 そんな時は深呼吸してみてください

2

乳幼児期(0～2歳ごろ)の大切なことって？

「未来に向かう力」の芽を育みます

- 子どもの思いをくみとろうとしながら関わることで、意欲や自信、気持ちを感じる力など「未来に向かう力」の芽が育まれます。

赤ちゃんって……？

見ているのかな？

生後まもなく、幸せや悲しみ、驚きの表情を区別しています。

感じているのかな？

微笑みや優しい声から安心感を、怒りや悲しみの表情から危険を察知しています。



聞いているのかな？

大人の笑い声、優しい響きを聞いています。

伝えているのかな？

快いこと、不快なことを表情で伝えています。表情を受け取り、その表情をまねながらコミュニケーションします。

赤ちゃんは、大人との関わりによって経験した(受けた)表情に影響を受けます。

「不快」な表情を受ける経験が多いと、自分の身を守ろうとする傾向が強くなっていきます。



大方先生

赤ちゃんは、言葉で会話していなくても、人の声や顔に注目するなど、様々なことを感じています。

この人を信頼しているのか、安心できるのか、保護者の表情や声かけから感じとります。また、生まれつき「快い」も「不快」もどちらの表情ももっています。自分の「快い」時と同じ表情(シグナル)を与えてくれる人を見て安心感を抱きます。子どもは、安心できる大人の温かくて柔らかい表情と優しい声かけを、いつも待ち望んでいます。

この時期の関わりが、「目標に向かってがんばる力」「気持ちをコントロールする力」「人と関わる力」の芽を育みます。



赤ちゃんの動きに反応する

赤ちゃんの動きや表情にあわせて反応したり、語りかけたりすることで、意欲が育まれます。

大人が反応することで、赤ちゃんは「こたえてもらえた！」という喜びを感じ、声や動きなどで表現しようという意欲につながります。

子育てで迷ったり悩んだりするのは…… あなただけじゃないよ

赤ちゃんの気持ちを言葉にする

(汗をかいていれば)
汗をかいたね
気持ち悪いね



子どもの思いをくみ、その気持ちを言葉にして話しかけることで、気持ちを感じる力の芽が育まれます。

「泣きやませなければならない」ではなく、泣いている子どもの思いをくみとって、こたえることが大切です。

赤ちゃんがしたいことを……

見守ったり一緒にしたりすることで、意欲や自信の芽が育まれます。

近くに「さわりたい」「つかみたい」というような物があると、それをめざしてはったり、歩いたりして近づきます。それを引っぱったり、手から離れる様子を見たりと、偶然起こった様子におもしろさを感じて、「次はこうしてみよう。こうしたらどうなるのだろう。」と、その子なりの遊びを発展させます。

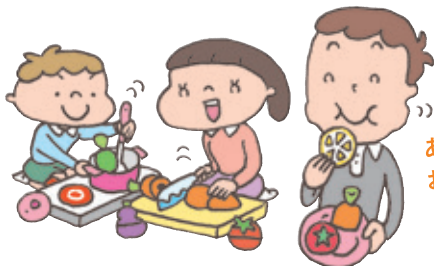
ティッシュを引きぬいて遊んでいることも、子どもの成長につながっています。「ティッシュで遊ぶのは困る」と思う場合など、遊ばれると困る物や危険な物がある時は、子どもの届かないところに置きましょう。

シュッて音がするね
たくさん出てくるね
ふしぎだね



ティッシュが散らかると大変なんだけど……
楽しそう。させてあげた方がいいのかな？
片付けが大変だけど……

まねやごっこ遊びを……



ありがとう
おいしいね

見守ったり、一緒に楽しんだりすることで、意欲や人の気持ちを感じる力の芽が育まれます。

子どもは「いいな」と感じたことをまねします。また、幼児期になると、ごっこ遊びを楽しんだりもします。こうした行動は周りへの関心の高まりによるものです。子どもが遊びを楽しめるように見守ったり、一緒に遊んだりしましょう。

Q 1歳の子どもですが、全然、がまんできません。どうすればいいでしょうか。

A 4歳ごろから、目標に向かってがまんする力が発達します。

そもそも「がまん」にも2種類あります。1つめは、親や教師にさせられるがまん。「がまんしなさい。」という時のがまんはこちらです。2つめは、子どもが自分で目標に向かってがまんすること。例えば、大好きなブランコの前に行列ができていた時「すぐ乗りたい」気持ちをがまんして順番を待つこと。2つめのがまんが「未来に向かう力」なのですが、こちらは4歳ごろから発達します。3歳より小さな子どもにがまんさせてもその力は育ちません。その時期には、2～6ページに書いてある関わりを大切にしてください。

ただし、1歳の子でも、危険な物にさわろうとしていた時などは、それをとめて、ダメと教えてください。(同時に、危険な物は、子どもの届かないところに置きましょう。)



森口先生

困った時は、誰かに話してみよう

▼大阪府内の 児童相談窓口はコチラ
<http://www.pref.osaka.lg.jp/kateishien/jidosoudan/>



3

幼児期(3～5歳ごろ)の大切なことって? ①

目標に向かってがんばる力や気持ちをコントロールする力を育みます

- いろいろなことにチャレンジしたり、認めてもらったり、失敗しても受けとめてもらえたりする経験の積み重ねで、目標に向かってがんばる力や、気持ちをコントロールする力が育まれます。

うまくいかない時は、一緒にしたり、はげましたり……

うまくいかない時などに、はげまされたり、助けを求めてこたえてもらったりすることで、忍耐力(粘り強さ)が育まれます。



興味をもって遊び始めても、途中でうまくいかないこともあります。そんな時、信頼する大人に見守られていたり、必要に応じて助けてもらえたりすると、あきらめずにやり遂げようとします。

やり遂げたい気持ちを大事にし、完成した時には満足感を高めるために一緒に喜ぶことが大切です。また、最後まで完成できなくても、努力を認めてもらえることで、意欲につながります。

目的のために、がまんするかどうかを、子どもが選ぶようにする

少し後で楽しいことが待っている場面で、子どもがどうするかを選び、少しがまんする経験を重ねることで、がまんする力(自制心)が育まれます。



「今、1つだけ動画を見るか、後で2つ見るか。」など、子どもが目的に向かってがまんするかどうかを決める場面を作るといいでしょう。

そのがまんの後に、目的が達成された(できた)経験を重ねることで、がまんする力(自制心)が育まれます。

その時、子どもが自分で選択することが大切です。子どもが、がまんする方を選ばない時は、また次の機会を探しましょう。



「子育てがうまくいかないなあ……」自分を責めないでくださいね

子どもがやりたいお手伝いを認め、感謝を伝える

お手伝いをし、それに対して感謝されることで、意欲や自信、自尊心が育まれます。

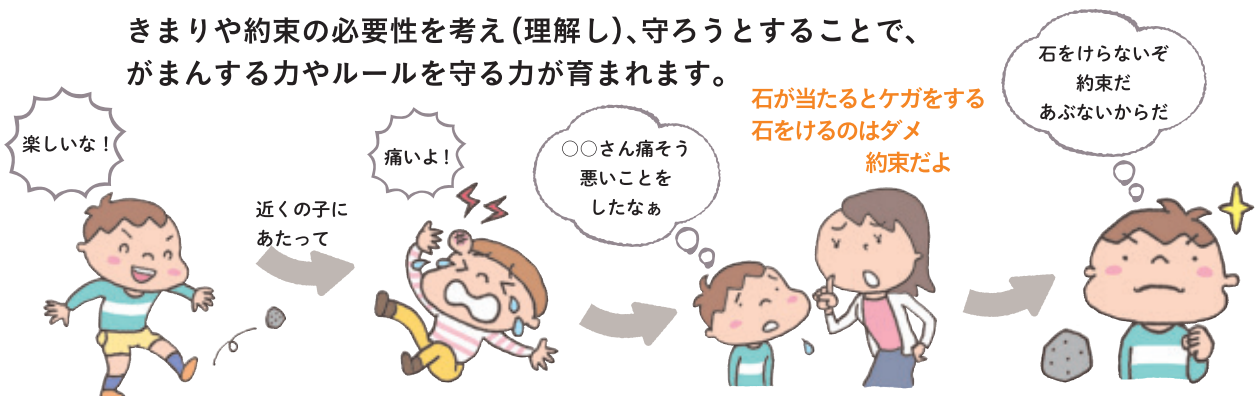
子どもはお手伝いをしがります。自分で思いついたことを大人に認めてもらえると、自律性が育まれます。また、相手に感謝されることで、子どもは自分が「できる!役に立つ!」と思い、もっと人の役に立つことができるようになりたいと思います。

ただし、ごほうびなどをあげると逆効果になるので、過剰にほめることは注意しましょう。



きまりの必要性を考えるよう、うながす

きまりや約束の必要性を考え(理解し)、守ろうとすることで、がまんする力やルールを守る力が育まれます。



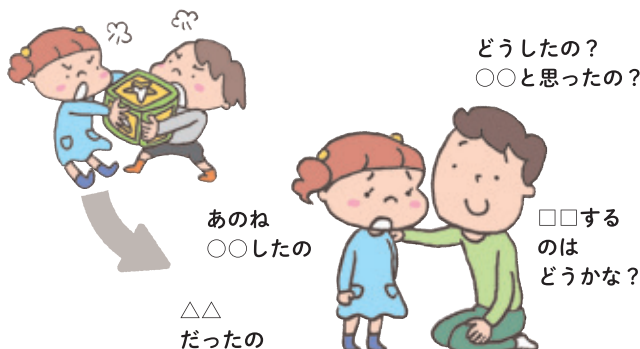
生活の中では、いろいろなきまりや約束があります。子どもはきまりを知り、それに従って自分を抑制する力を身につけます。

しかし、なぜそのきまりが必要なのか、子どもにわからない場合もあります。ただ「良いか悪いか」を教えるだけでなく、子どもが自分なりに考えるように援助することが大切です。

叱られるからきまりを守るのでは、本当の自制心につながりません。きまりの必要性を理解したうえで、守ろうとする気持ちをもたせるようにすることが大切です。

けんかした時は、話(思い)を聞き、大切なことを伝える

けんかした時は、まず、「どんなことがあったの?」「〇〇と思ったの?」などをじっくり聞いてください。そのうえで、「これはよくないよ」「こうすればどうかな?」などを伝えます。これらにより、ルールを守る力や、人と関わる力が育まれます。



おもちゃの取り合いからも学べる場合があります。どんなことがあったのか、子どもがどのように思っていたのかをじっくり聞いてください。

そのうえで、危ないことや迷惑になることは、よくないと伝えます。「こうすればどうかな?」と、代替りの行動を伝えます。迷惑をかけた時は、謝ることを伝え、行動につなげてください。

自分のやりたいようにできない経験から、何がダメだったのか、自分の思いをどのように人に伝えればよかったのかも学びます。

幼児期(3～5歳ごろ)の大切なことって?②

人と関わる力を育みます

- 気持ちを聞いたり伝えたりする関わりを通じて、人の気持ちを感じる力が育まれます。様々な関わりが、他の人への共感や思いやりにつながります。

思いを伝え合う

思いを伝え合うことで、人の気持ちを感じる力や共感が育まれます。

子どものやりたい事をしながら、思いを伝え合うことで、他の人の思いも受け入れるようになります。

力を合わせるよさも経験します。



特に

気持ちを表す対話によって、人の気持ちを感じる力や共感が育まれます。

気持ち(感情)を表す会話をよく行うことが、感情の理解につながります。

今日は暖かくていい気持ちだね



うん いい気持ちだね

①落ちましたよどうぞ

③おじさん喜んでる



②拾っていただいてありがとうございます

大人が見本を示す

思いやりのある大人の行動を見ることで、子どもの思いやりが育まれます。

大人がしているまわりの人への親切や、思いやりのある行動を、子どもが見ることで、子どもの思いやりを育むことができます。

子どもの思い通りにいかない場面でも……

このチョコレート食べたい

もうすぐご飯だからダメだよ

1つでもお腹がふくれるよ

1つだけならいい?

半分だけなら?

じゃあ半分だけだよ

話(提案など)のやりとりをすることで、人の気持ちを感じる力や共感、がまんする力が育まれます。

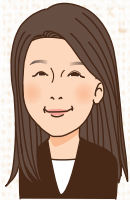
子どもが希望しても、それを認められない場面は日常よくありますよね。ダメなことはダメと伝えてください。でも、「これならいい?」「こうだったら?」と続けて話してやることもあるでしょう。そのやりとりが大切です。

子どもは、自分のやりたいようにできない経験から、何がダメだったのか、どんなやりとりをすればよかったのかなど、人との関わり方を学んでいきます。

提案がうまくいってうれしいと感じたり、うまくいなくて残念に思ったりすることも、子どもの経験の一つです。

子どもの「未来に向かう力」は、家庭だけでなく、 地域や、幼稚園・保育所・認定こども園など、安心できる 大人との関わりの中で育まれます

幼稚園や保育所、認定こども園などでの遊び（活動）が、
「未来に向かう力」の育成を後押ししています！



大方先生

幼児教育や保育の中で「未来に向かう力」を育むために、各園所の教員や保育士などの職員は、子どもたちの安全基地となり、子どもたちに様々な体験ができるように努めています。遊びは其中で大きな役割を果たしています。自分の興味があることで遊んだり、成長とともに友だちと関わるようになっていったりしながら、「目標に向かってがんばる力」「気持ちをコントロールする力」「人と関わる力」も育まれています。



子どもの「未来に向かう力」を育むための関わり方は、ご理解いただけましたか。紹介している関わり方の中には、普段の子育ての中でやっていることもあったと思います。

とはいえ、忙しい日常生活の中で、これらのすべてに気を付けることは簡単ではないでしょう。ですので、心の余裕がある時に、どれか1つだけでも心にとめて、お子さんと接していただけるといいかと思えます。

乳幼児期に育んだ「未来に向かう力」は、学習内容を理解する力・考える力を育むことにつながったり、友だちと協力したり、困った時に人を頼ったりする力につながったりするなど、小学校以降の生活につながるものです。

このリーフレットを参考に、乳幼児期にできることを大切にしてください。



森口先生

リーフレット作成協力者（50音順 職名は令和2年3月1日現在 敬称略）

- 安達 譲 大阪府私立幼稚園連盟理事長
（せんりひじり幼稚園・ひじりにじいろ保育園長）
- 伊藤 裕子 大阪府社会福祉協議会・保育部会副会長
（国分保育園長）
- 大方 美香 大阪総合保育大学 大学院教授
- 奥園 みどり 大阪府国公立幼稚園・こども園長会長
（大阪市立銅座幼稚園長）
- 杉岡 繁昭 全国認定こども園協会・大阪支部理事
（こども園つばさ園長）
- 森口 佑介 京都大学 大学院准教授

発行 大阪府教育委員会 令和2年3月
お問合せ先 大阪府教育庁市町村教育室地域教育振興課
〒540-0008 大阪市中央区大手前3丁目2-12
電話 06-6944-6901 FAX 06-6944-6902



CO-OP共済
たすけあい ジュニアコースは、
保障が満30歳まで続く!

0歳から満19歳(発効日時点)まで
加入できます!



ジュニアコースのいいところ

1

手頃な掛金で
満30歳まで
保障が続く。

2

入院やケガ通院を
1日目から
保障!

3

満30歳の満期後も
健康状態に
関わらず継続
できるコースがあります。

※ 2023年10月時点の商品内容です。

★『共済年鑑2024年版』より。
★各共済によって、子ども向け保障商品の加入年齢・満期年齢・保障内容等は異なります。《たすけあい》ジュニアコースは、加入年齢0歳～満19歳・満30歳満期の商品です。他の共済ではジュニアコースよりも加入年齢・満期年齢が低い商品があります。

ジュニアコースにはこんな声^①が寄せられています

保育園に5ヵ月で通い始めた息子。あれやこれや沢山病気になる入院することもしばしば。特に小さい頃は入院期間も長く、泣き声が迷惑になるかも…と個室に入ることも多かったです。急な出費でしたが、CO・OP共済のお陰でずいぶん助かりました。(大阪府の組合員より)

子どもがケガをしやすく、もう何度か共済金の請求をさせて頂いています。安心して病院に行けるのもCO・OP共済に加入していたからだ、とても感じています。ありがとうございます。(大阪府の組合員より)

※実際のお支払いは共済金請求書ご提出後の判断となります。

※詳しくは加入申込書付宣伝物をご覧ください。

[CO・OP共済ニュース] C-85363-

CO・OP共済に加入するには、出資金をお支払いいただき、お近くの生協の組合員になることが必要です。

◎CO・OP共済は個人情報を大切にし、個人情報保護法を守ります。

契約引受団体 / 日本コープ共済生活協同組合連合会

(《たすけあい》はご加入の生協によっては、その生協の加盟する連合会との共同引受になります)

コープ共済 子ども 検索

<https://coopkyosai.coop/>



資料請求は
こちら♪

ネット加入は
こちら♪



※ネット加入は一部お取り扱いのない生協もございます。

本冊子は、上記広告主様のご協力により作成いただいたものです。