

5歳の子どもの チェックシート



保護者ご記入用

5歳は、基本的な生活習慣が確立し、社会性を身につける重要な時期です。また、小学校入学まで1年余りとなる節目のこの時期は、就学に向けての準備を始める良いタイミングです。5歳の子どものチェックシートをご記入いただき、お子さんの成長や日々の生活の様子を振り返ってみませんか。

お子さんのお名前

生年月日

(年 月 日)

記入日

年 月 日

1. 5歳の子どもの発達の様子

～お子さんの現在のご様子について、はい/いいえに✓でお答えください～

NO	項目	はい	いいえ
1	片足ケンケンができる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	はさみで紙を線にそって切ることができる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	お手本を見て四角を書くことができる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	スキップができる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	ボタンをかけることができる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	大便の時、一人でおしりをふくことができる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	「5こもってきて」の指示が理解でき、正しく5こもってくるができる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	したこと、見たこと、聞いたことを言葉で伝えることができる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	左と右がわかる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	ひらがなで自分の名前が読める	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11	はっきりした発音で話すことができる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12	しりとりができる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13	かくれんぼや鬼ごっこ等のルールを理解して遊べる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14	じゃんけんの勝ち負けがわかる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15	遊びの中で必要な言葉（いれて、貸して、どうぞ、ちょうだい、ありがとう等）を使ってやりとりできる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16	友達と順番に物を使うことができる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

苦手なことがあっても、周囲の大人がお子さんの特徴を理解し、関わり方を工夫すると子どもの様子は変わってきます。
お子さんの成長やその子に合った関わり方について、一緒に考えてみませんか。



チェック項目は裏面へ続きます。



2. ふだんの子どもの様子

～保護者の方からみたお子さんの様子に✓をつけてください～

NO	項目	ほとんど見られない	少し見られる	よく見られる
1	周囲の音や動きに気が散りやすい	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	じっと座っていることが苦手	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	よく転んだり、ぶつかったりしてけがをする	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	思いついた途端にやらずにはいられない	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	ことばの指示が伝わりにくい	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	友達とトラブルになりやすい	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	かんしゃくを起しやすい	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	一人で遊ぶことを好む	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	相手の気持ちを理解することが難しい	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	会話がかみ合わなかったり一方的で、やり取りになりにくい	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11	初めてのことが苦手で、すすめてもやろうとしない	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12	感覚の過敏さがある（特定の音で耳をふさぐ、特定の素材を嫌うなど）	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13	極端な偏食がある	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14	睡眠リズムが安定しない （夜中に何度も起きてしまう、寝つきが悪いなど）	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



3. 生活習慣チェックリスト

～お子さんの現在の様子にあてはまるものに✓をつけてください～

① 朝は何時ごろ起床しますか

午前7時以前

午前7～8時

午前8時以降

② 朝食は毎日食べますか

毎日食べる

週3～4回食べる

ほとんど食べない

③ テレビ、DVD、ゲーム、動画などのメディアを見る時間を決めていますか

1日合計2時間未満

1日合計2時間以上

決めていない

④ 夜8時以降はメディアとの接触を避けていますか

あてはまる

時々あてはまる

あてはまらない

⑤ 夜は何時ごろに布団に入りますか

午後9時以前

午後9～10時

午後10時以降



チェックシートを記入し、気になることや相談したいことがある方は、お気軽に5歳児のびのび発達相談をご利用ください。

まずは、お電話お待ちしております。



子どもの気になる行動は、生活習慣を整えるだけで減少することがわかっています。就学に向けて、生活習慣を確認し、家族全体で準備を進めましょう。