



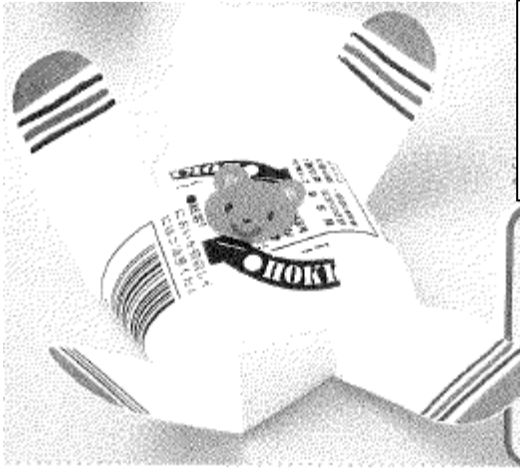
# にこにご通信

子育て情報 No. 7 令和2年6月4日発行

野山の緑がいよいよ色を深め、夏が近づいてくるのを知らせております。  
 緊急事態宣言が解除され、「新しい生活様式」の定着に向けた取り組みが推進されています。  
 感染のリスクは、いまだに存在しているので、基本的な感染防止策をとり、家族や自らの健康を守っていきましょう。

お家で過ごされているお母さん、お父さんに少しでも育児のお役に立てればと、この通信を不定期ではありますが、発行しています。

## くるくるコマで遊ぼう 《丸めて作る動くおもちゃ》



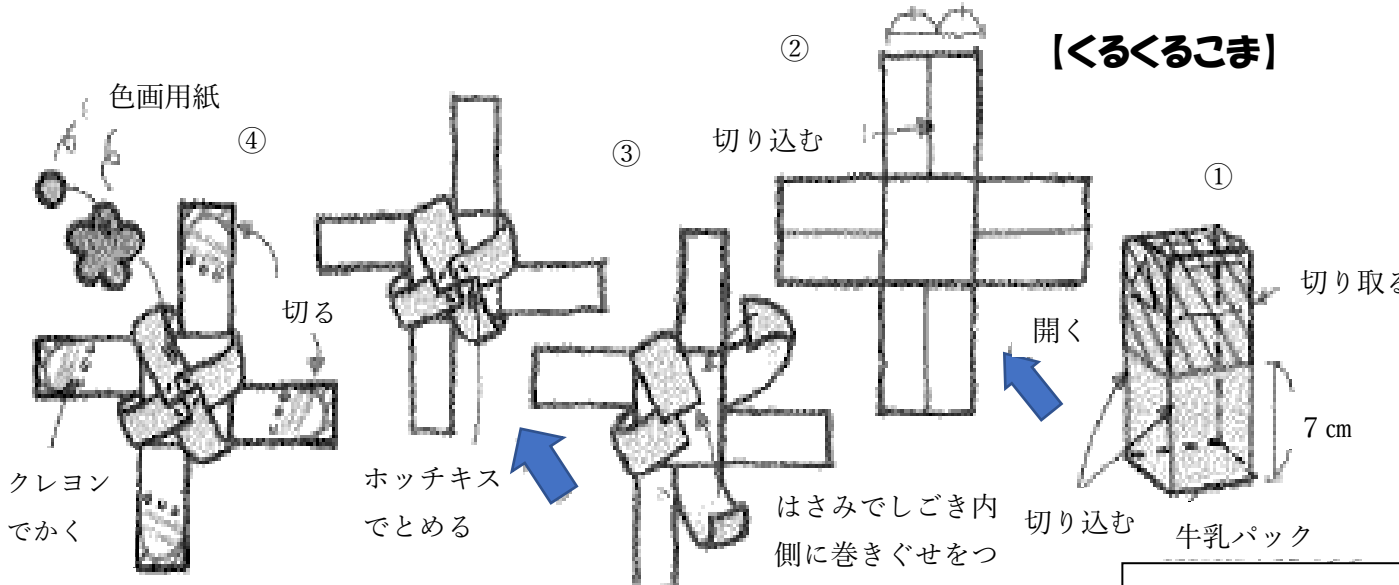
(やわらかボール)  
 ③まで同様に作り、裏返して同じようにホッチキスでとめる。

材料

**牛乳パック・はさみ  
 ホチキス・クレヨン**

牛乳パックの底を軸にしたコマです。  
 4枚の羽根がくるくる回ってとってもきれい。パックの帯は、はさみなどでしごいて内側に巻きぐせをつけると、きれいに丸みが作れます

### 【くるくるコマ】



色画用紙  
 ④ 切る  
 クレヨンでかく  
 ホッチキスでとめる  
 ③ 切り込む  
 はさみでしごき内側に巻きぐせをつけ、中央に重ね合わせる  
 ② 開く  
 切り取る  
 7 cm  
 牛乳パック  
 「Gakken ピコロ」より

## わらべうたで親子ふれあいを！ 体にさわるあそび(くすぐり歌)

赤ちゃんは、さわられるのが好きです。さわるだけでも、こするだけでもいいですが、ちょっと刺激的に、歌の最後でくすぐってあげるともっと喜びます。何度もやっているうちに、歌の途中で「このあとくすぐられる」とわかってきて、くすぐる前から、くすぐられることを期待して体をもぞもぞさせたりします。つまり、次に起こることを予想して喜ぶことができるのです。

### \* 一本橋こ～ちょこちょ

- ♪ いっほんば～し      子どもの手のひらを1本の指でなでる
- ♪ こ～ちょこちょ      1本の指でくすぐる
- ♪ にほんば～し      子どもの手のひらを2本の指でなでる
- ♪ こ～ちょこちょ      2本の指でくすぐる
- ♪ さんほんば～し      こ～ちょこちょ      }      3本の指でなでて くすぐる
- ♪ よんほんば～し      こ～ちょこちょ      }      同様に4本の指
- ♪ ごほんば～し      こ～ちょこちょ      }      5本の指
- ♪ つねって      てのひらをつまむ
- ♪ たたいて      パンとたたく
- ♪ かいだんのぼって      子どもの腕を階段に見立てて2ほんのゆびを交互に動かし昇っていく
- ♪ こちょこちょこちょ～      わきの下まで昇ったら両手で体全体をくすぐる。



## おすすめ絵本コーナー

### 【1歳児向け】

- 「だるまん が」「だるまさんの」「だるまさんと」…かがくいひろし/作 フロンズ社
- 「きんぎょがにげた」…五味太郎/作 福音館書店
- 「がたんごとん がたんごとん」…安西水丸/作 福音館書店
- 「ずかん・じどうしゃ」…山本忠敬/作 福音館書店
- 「くだもの」… 平山和子/作 福音館書店



## 簡単・おいしい子どもが喜ぶおやつ紹介！



ひとりでつらい思いを抱え込んでいませんか？どんなことでも話してくださいね

### 「マカロニきな粉和え」レシピ(一人分)

材料	分量 g	作り方
マカロニ	20 g	① マカロニはゆでる。 ② きな粉・砂糖・塩を混ぜたものを①のマカロニと和える。
きな粉	6 g	
砂糖	5 g	
塩	0.1 g	

※佐久市公私立保育園給食献立より

サングリモ中込つどいの広場で子育て何でも相談室を実施しています。10時～13時(木曜・祝日を除く)子育てコーディネーターが子育てに関する様々な支援を行います。悩みなど一人で抱えないでお気軽に相談してください。電話にてお受けします。TEL 63-3794