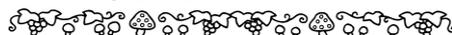


# つどいの広場通信

子育て情報 No.57 令和3年2月17日発行

佐久市内つどいの広場

- サンダリモ中込 月火水金 TEL63-3794
- あさしな保育園内 月水金 TEL51-5005
- もちづき保育園内 月火水木 TEL54-8387
- うすだ健康館2階 月水木金 TEL81-1150



新型コロナウイルス感染症がなかなか収まらず、気を遣う状況が続いております。引き続き「マスク・手洗い・3密を避けて」・・・と気を付けながら早い終息を祈るばかりです。

感染拡大を防ぐため、つどいの広場、子育てサロンの育児講座は1月から3月まで、すべて中止になりました。情報は、佐久市のホームページでお知らせしていますのでご覧ください。

また、寒さも厳しいこの時期外出もままならない中、室内で楽しく過ごせる遊びをご紹介します。



**パパ ママ とあそぼう!**  
～ふれあい遊びあれこれ～



遊び道具は既製のものだけではありません。生活の中に隠れています。普段何となく使用しているものが遊び道具に変身です。さあ！やってみましょう！

- ♪ **いないいないばあ!** \* 遊び方・・・タオルをかぶって“いないいないばー”顔を出す時は一番よい笑顔で！  
\* ワンポイント・・・小さな子どもにいきなりタオルを掛けるとびっくりする子がいます。まずは、大人からやって見せましょう。  
最初の“いないいないばー”は両手で顔を隠すことから始めてみましょう。

- ♪ **ハンモック** \* 遊び方・・・バスタオルに子どもが寝ます。大人が2人でバスタオルの四隅をもってゆりかごのようにゆらします。  
\* ワンポイント・・・バスタオルをたるませるように持つことが大切です。子どもは、必ず頭をバスタオルに付けて寝てしましましょう。座るとバランスを崩し怖がります。お風呂上りなど、体を拭きながら楽しめる遊びです。

- ♪ **あっ!! 蚊だ** \* 遊び方・・・ハンドタオルの片端を結びます。結び目を虫が飛ぶようにゆらします。子どもは、蚊を取るように両手で“パチン”とはさみましよう。  
\* ワンポイント・・・床で揺らせば、へびのようですね。足で踏んで遊んだりもできます。目の前でゆっくり揺らせば、小さい子どもでもできます。

- ♪ **すべりだい** \* 遊び方・・・大人がイスに座り、子どもを膝にのせます。膝を伸ばして、すべり台です。  
\* ワンポイント・・・急に足をのばして、子どもを滑らしましょう。大人の足がいつすべり台に変身するか、待っているのも楽しいようです。子どもの体を支えながら遊びます。

- ♪ **新聞紙を使って** \* 遊び方・・・新聞紙を破るあそびです。いろいろな遊び方を紹介します。  
<破るあそび>・大人が持った新聞紙をパンチ、キックなどで破ります。



- ・大人が2人で端を持ちゴールテープを切るように子どもが新聞紙に向かって走ります。
- ・新聞紙を長く裂き、絡め互いに一片ずつ持ち、新聞紙ずもう。
- ・はだしになって、新聞紙の上に立って指を使ってビリビリにしましよう。

<破った新聞紙を使うあそび>

- ・ビリビリに破った新聞紙を雪のように降らしてみましよう。
- ・ビリビリに破った新聞紙を丸めてボールを作りましよう。
- ・ビリビリに破った新聞紙をたくさん袋につめる競争です。



## 脳のはなし

日々のお子さんを見ていると、からだの成長は容易に実感できるでしょう。でも目に見えない「こころ」がどんなふう成長するのか。人間の「こころ」の機能をつかさどっている大事な部分は「脳」なのです。

赤ちゃんの脳は生後から5年間にかけて驚くべき成長を遂げています。

新生児の脳量は・・・400グラム

生後8か月で・・・800グラム

3歳で・・・1000グラムと急速に成長し、

5歳頃には、すでに成人並みの・・・1200グラム程度になってしまうのです。



この時期の子どもの「脳(こころ)」育てを意識することは大事なことです。赤ちゃんに優しい環境を与え脳の健全な成長に必要な五感(視覚、触覚、聴覚、臭覚、味覚)をバランスよく経験させることが大切です。

## 五感のはなし

自然の物とのふれあいは、成功と失敗の連続を体で(五感を通して)覚えることができます。

五感	昔	今
味覚	自然の食材(汚染されていない土壌の物) 煮物、酢の物、漬物など	添加物(腐らないために利用)漬けの製品。 加工品、カップヌードル、レトルト食品など
臭覚	自然の恵みにより森林浴マイナスイオンたっぷりの空気	消臭剤、殺菌剤、芳香剤、化粧品、排気ガス、ホルムアルデヒドが入った空気
皮膚感覚 触覚	自然の母のぬくもり、草、木、石、水、土、火、 やわらかな日差し	プラスチック、レーヨン、ポリエステル、薬品、紙おむつ、おてふき、日焼け止め
聴覚	虫、鳥の声、風、水の音、川のせせらぎ、木の葉のささやく音、魚の泳ぐ音、	テレビ、CD、ラジカセ、ビデオ・・・機械音などの人口の音、電車、バス、車の音
視覚	山の緑、川の流れ、岩肌、干し草の山、虫や鳥が飛ぶ姿、花畑、田畑	ビル、道路、工場、スーパー、アミューズメント施設他

(資料:脳の発達と子どものからだ)

私たちの生活は少しずつ様変わりしてきております。現代の便利な生活に感謝しながら、ちょっと自分の生活を振り返り、昔の良さを一つでも取り入れて、お子さんの豊かな育ちにつながるとういすね。



### ひなたぼっこ

### つくしてるお

くいきりあたまに

おひさまあびて いいきもち

はかまを くすぐって

はるかぜが とおいぬけ

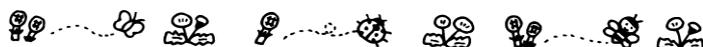
ほくは ちょっぴりせがのびた

ねっこふんばり むねをはり

もんしろちょうに きいてみる

「ね、ほく いいおとこ?」

工藤直子 作 (のはらうたⅢ)より



\* つどいの広場や子育てサロンのほかにも、利用できる午前中開放の児童館があります。

佐久平浅間、岩村田、野沢、泉、平根児童館で、利用時間は10時～正午です。

親子で自由に遊んでください。小学校が休みの日は利用できません。

