

# あそびに

2018年 5月

焼津市地域子育て支援センター  
『子育て広場 なかよし』

☎620-0115

〒425-0036

焼津市西小川6-15-6  
なかよし保育園内



# おいでよ!



新緑の美しいさわやかな季節になりました。お天気の良い日が続き、戸外で過ごすには、とても良い時期です。

これからは、青空の下、散歩に出かけ自然に触れたり、のびのびと体を動かしてあそびたいですね。ぜひ、園庭でどろんこあそび、水あそびをたくさん楽しみましょう。

## わらべうた

### いっぼんばし こちょこちょ

いっぼんばし♪



ひとりが手のひらを差し出し、  
もうひとりは相手の手のひらに  
人さし指で「1」と書きます。

こちょこちょ♪



手のひらをくすぐります。

たたいて つねって♪



手を軽くたたき、軽くつまみます。

かいだんのぼって♪



右手をチョキにして指を交互に  
動かし、相手の指先から腕まで  
登って行きます。

こちょこちょ♪



わきの下まで登ると同時に  
くすぐり、続けていろいろな  
ところをくすぐります。

\*\* 朝ごはんを食べますか? \*\*

「朝ごはんは1日のエネルギー源!」

「時間がない」「朝ごはんを食べる時間  
寝ていたい」「朝ごはんを食べると太る」…。  
朝ごはんを食べない子が増えています。また、  
お母さん自身が食べる習慣がないと、子どもも  
おいしく朝ごはんを食べる習慣がつかれません。



朝ごはんは、朝起きて、体と  
頭を活動モードに切り替える  
大事なスイッチです。

バナナ1本・食パン1枚から  
でもよいので始めてみましょう。

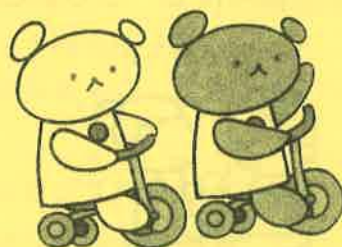
**おっぱいは身体を育て、ことばはこころを育てます。  
そして絵本は、そのことばでできています。**

● お母さん、お父さん、あかちゃんに話しかけましょう ●

毎日毎日大きくなるのが仕事のあかちゃん。その身体は、おっぱいやミルク、食べ物によってどんどん育ち、生後半年で体重は3倍近くにもなりますね。

でも、成長しているのは身体ばかりではありません。たとえ今はまだ、ことばをしゃべったり、バイバイしたりしなくても、あかちゃんの中には、ことばのもとがどんどん蓄えられ、また、優しくしてくれる人たちへの愛着が生まれ、さまざまな感情が分化してきている——つまり、こころが育っているのです。そしてそのこころを育てる栄養分が、お母さんやお父さんの“肉声”なのです。

あかちゃんがおっぱいを勢いよく飲めば、「おなが、すいてたのね」。おむつ換えのあと、ウーンと伸びをすれば、「気持ちいいの、よかったね」。こんなふうに、たいていのお母さんは、毎日あかちゃんに、話しかけているでしょう。そのことばを、あかちゃんだって、ちゃんと受けとめています。そして、そんなことばの一つ一つが、あかちゃんの中でことばの土台となり、こころを育てていくのです。



**あかちゃんは良い音に敏感。**

**楽しいリズムや快いひびきのことばが 大好き**

● ことばは、耳から“こちよさ”として入ってくる ●

あかちゃんは、とても良い耳を持っています。いろんな音にその耳で聴いています。まだおしゃべりが出来ないときから、いろんなことばがあかちゃんの中にしみ込んでいきますが、最初、ことばは、その意味よりリズムの響きや、身体全体で感じるリズム、繰り返しのおもしろさとして、こころの中に入っていくのです。

ところで、日本語の響きの美しさ、リズムや抑揚のおもしろさがよくわかってきているものは、なんでしょう。それは、昔ながらの「わらべうた」



## テレビやビデオではこころは育ちません ●

より小さなあかちゃんでも、テレビやビデオをつければじっと見つめま興味があるのかな？ と、思われるでしょうが、それは、音と光のつよいに反応しているだけなのです。このような機械を通したことばでは、あかちゃんのこころは育ちません。なぜならそこには、あかちゃんの呼びかけや笑いに応えてくれる“ひと”がいないから、一方通行の世界だからです。テレビを消して、肉声で語りかけるところから、はじめてみませんか。

## 絵本は、ことばの花束です ●

のように、ことばはこころの栄養として大切なものです。けれども、毎日らしの中で使われることばは、限られたものですし、生まれて間もないあちゃんに何を話しかけたらいいの？ と、とまどうお母さんお父さんもいるでしょう。そんなとき、こころをこめて作られた絵本を読みましょう。絵本の中には、生活の中ではなかなか出会えない美しい言いまわしや、リズム感にあふれたことばが、いつまっています。そして、文字だけでなく、美しくあかちゃんに語りかけているのです。

あかちゃんと  
絵本をたのしもう！  
親子を結ぶ、絵本ガイド  
こぐま社参照

くっついた



おうおさんしてー!



あとけき



きです。

## ● ゴキゲンの悪いときも、“わらべうたの魔法”でニッコリ ●

「わらべうたなんて、知らないわ」といわれるかもしれませんが、「いないいないばあ」も「あがりめさがりめ」もわらべうたなんですよ。抱っこで揺すってあげる「このここのこ」、きりがなくらいくすぐって欲しがる「一本橋こちょこちょ」など、あかちゃんといっしょに遊べるわらべうた遊びは、ほかにたくさんあります。絵本等を参考にどうぞあかちゃんと遊んでみてください。

わらべうた遊びは、ほとんどがスキンシップ。こちよく揺すられたり、跳ねたりする体感と、いっしょに耳から入ってくるおもしろいことばの響きは、深くこころに残ります。たくさん知っている必要はないけれど、“お母さんの十八番”というのを一つか二つ持っていれば、ぐずったときの強い味方になること、まちがいなし。

こんな簡単なことで、どうしてこんなにキャッキヤと喜ぶのかと不思議なくらいです。そして、いつのまにか、大人も楽しくなってくるから、なお不思議。“わらべうたの魔法”を信じてやってみませんか。



作ってみませんか！★★★高野飯★★★

<材料> 1人分

・豚挽き肉	10g	・人参	7g	さくらごはん用	
・高野豆腐	8g	・しょう油	3g	・米	60g
・油揚げ	5g	・砂糖	4g	・しょう油	4.2g
・ごぼう	10g			・砂糖	4.2g

<作り方>

- ①高野豆腐は水でもどし、5mm角に切る。
- ②ごぼうはささがき、人参は千切り、油揚げは食べやすい大きさにそれぞれ切る。
- ③材料をしょう油、砂糖で煮る。
- ④さくらごはんを炊く。
- ⑤混ぜ合わせてできあがり。



……『子育て広場なかよし』からのお知らせ……

子育て中の親や祖父母の方、誰でも子どもさんと一緒に参加できます。

◎園庭、支援室開放 月～金曜日 午前9:30～12:30 午後1:30～3:30

- ・なかよし保育園で、親子で自由にあそんで下さい。
- ・絵本の貸し出しを行なっています。(月・水・金曜日の午前中のみ)

<火、木曜日の午前中は園外の活動をしますので、ぜひそちらに参加して下さい。>

◎青空保育 毎週木曜日 午前10:00～11:30

- ・清見田公園(文化センターの裏の公園)で手あそびやリズムダンス等を行っています。

◎小川公民館であそぼう 午前10:00～11:30 (3階和室へ直接お出かけ下さい。)

- ★第1火曜日ーみんなであそぼう!
- ★第2火曜日ー演じてみませんか!…音楽に合わせて人形等であそびましょう。
- ★第3火曜日ーなかよし広場…童家さんとあそぼう
- ★第4火曜日ー絵本と友だち…絵本の講座を行います。
- ★第5火曜日ー公民館の活動はお休みします。

◎子育て相談 月～金曜日 午後1:30～5:00

- ・電話でも来所でも結構ですので気軽にご相談下さい。

焼津市の子育て支援センター

\*活動内容等は各支援センターにお問い合わせ下さい。

☆子育て支援センターさくら	さくら保育園内 (北新田378-1)	☎656-0676
☆子育て支援センターみなみ	焼津南保育園内 (焼津5-13-14)	☎293-7474
☆子育て支援センターワッツ・スリー	第三ゆりかご保育所内(一色722)	☎623-1551
☆子育て支援センターたかくさ	たかくさ保育園内 (坂本449-2)	☎629-5430
☆子育て支援センターとまとびあ	とまとびあ内 (宗高1205-1)	☎662-2300
☆親子ふれあい広場	焼津市役所7F庁舎内	☎626-3388
☆子育てサポートルーム	ウェルシップやいづ2階	☎627-2999

