



こそだ しえん
子育て支援コンシェルジュだより vol.1

赤ちゃんとお遊ぼう！

や す し こそだ しえん
野洲市子育て支援センター

赤ちゃんは大好きなお家の人と楽しく遊ぶことによって、知的な能力や人を信頼する力を伸ばしていきます。成長にあわせて、日々のなかで楽しくかかわりながら、赤ちゃんの心の根っこを育ててあげたいですね。今回は赤ちゃんとの遊びをご紹介します。



遊びの紹介

ふれあい遊び・歌遊び

授乳やおむつ替え、入浴後など、毎日の生活のなかで、ふれあう機会を意識して増やしてみてください。できるだけ話しかけながら、足を持って曲げたり伸ばしたり、身体中をさすったり、くすぐってみたり。いないいないばあといった繰り返し遊びも、赤ちゃんに喜びと安心感を与えるとともに、大好きなお家の人とのつながりを深めることができます。また、赤ちゃんは歌が大好きです。お家の人で子守歌やわらべ歌を歌ってもらうことが、赤ちゃんには何より心地良いのです。当支援センターでは、ベビーマッサージ講座を開催したり、広場の最後にふれあい遊びを紹介していますので、ぜひ覚えて毎日のふれあい遊びに取り入れてみてくださいね。

絵本の読み聞かせ



絵本を通じてのふれあいも楽しいものです。赤ちゃんをひざの上に座らせたり、抱っこしながら、肌のぬくもりを感じて絵本を見る時間は、お家の人にとっても幸せな時間になるはずです。

散歩

ねんねの赤ちゃんでも、外の空気に触れることはとても良い気分転換になります。抱っこをしたり、ベビーカーに乗せたりして、お天気の良い日は散歩に出ましょう。「きれいなお花が咲いてるね。」「小鳥さん、おはよう。」と、声をかけたり、時にはわらべ歌を口ずさみながら、ゆっくりゆっくり歩いてみましょう。1日のうち、10分でも外の世界を見せてあげてください。風を肌で感じたり、草木の鮮やかな色に見入ったり、動物の鳴き声を聴いたりする経験は、赤ちゃんの興味をそそり、小さな体を喜びでいっぱい満たしてくれることでしょう。



おもちの紹介

月齢に適したおもちゃをご紹介します。赤ちゃんの好みにもあわせて、選んであげましょう。

ねんねの頃のおもちゃ



ねんねの頃は、お家の人の働きかけが遊びそのものになってきます。

赤ちゃんの呼びかけにたくさん答えてあげましょう。

＊おすすめのおもちゃ…モビール、メリー、ベビージム、歯がため、ガラガラなど。

おすわりの頃のおもちゃ

お座りできるようになると、目線も高くなり、物がつかめるようになるので、周りの世界に対して興味が強くなります。

＊おすすめのおもちゃ…自分で動かせるおもちゃ、たいこ、生活用品（お鍋、やかん、洗濯ばさみ）など、赤ちゃんが興味を持ったもの。（危なくないように見守りながら遊ばせてあげます。）



はいはいの頃のおもちゃ



何でも真似したくなるこの時期は、かくれんぼやはいはいでの追いかけっこ、おつむてんてんなど、親子でやりとりを楽しみながら体を使って遊べるようになります。

＊おすすめのおもちゃ…ボール、積み木、ぬいぐるみ、かたはめ遊びなど。

あんよの頃のおもちゃ

歩けるようになってくると、行動範囲が広がってきます。赤ちゃんにはやってよいことと悪いことの区別がつかないので、危険な物や壊れて困るものはできるだけ片づけて、のびのびと遊ばせてあげましょう。

＊おすすめのおもちゃ…ブロック、楽器、引っ張るおもちゃ、簡単なパズルなど。



赤ちゃんにとって一人遊びも大切！

お家の人が、終始遊んであげる必要はありません。一人で遊びに熱中している時は、せっかくの好奇心を摘み取ることのないよう、危険がないかを確認してそっと見守ってあげましょう。

【連絡先】



野洲市子育て支援センター

野洲市辻町433-1（野洲市健康福祉センター3階）

TEL : 077-518-0830

FAX : 077-586-3668

E-mail : kosodate@city.yasu.lg.jp

月曜日～金曜日 9:30～16:30

子育て支援コンシェルジュ 白井

