

# すくすく通信

2024年5月号

子育て世代包括支援センター  
子育て支援室



新緑がまぶしく、さわやかな季節になりました。心地よい風を感じたり、草花が揺れる音を聴いたり…。戸外には五感を刺激する魅力的なものが多く、お子さんの心や体・脳の成長を育みます。ベビーカーに乗ってお散歩したり、公園に出掛けてお子さんと一緒に自然を感じたり、季節の発見を試みるのはいかがでしょうか。

日焼け対策、水分補給を忘れずにお出かけしましょう。

風やにおいを  
感じながらお散歩する。



## 自然に触れる

外に出て見たり聴いたりするだけでも、五感は刺激され感覚が育まれます。お子さんが目を向けたものを大人が言葉にすることで、発語を促します。小さな発見を親子でたくさん見つけてみましょう。

生き物の動きを  
じっくり見る。



風や草花が揺れる  
音を聴く。



草花や小石など  
に触れる。



## ピクニック

青空の下、公園のベンチやレジャーシートを広げてごはんを食べると、違った気分ですごい時間になります。

たくさん身体を動かして遊んだ後は、いつもよりたくさん食べられるかもしれません。



## 砂場・ボール遊び

砂場・ボール遊びは、好きなお子さんも多いと思います。ボール遊びは、投げたり、転がったボールを追いかけて、全身を使って遊ぶことができます。

砂場では砂の感触を確かめながら、スコップやバケツを使って砂を集めたり、水をかけて固めてみたり、様々な遊び方ができます。砂や物、手を口の中に入れてしまうお子さんもいるので、注意深く見てあげましょう。



お子さんのかわいらしい姿、戸外での発見を支援室でも聞かせてください。

