



すくすく通信

2024年6月号

子育て世代包括支援センター

子育て支援室

日本には梅雨という時期があります。雨が続くと、室内で過ごす時間が多くなります。今月は家でも簡単に楽しめるふれあい遊びを紹介します。お子さんと一緒にコミュニケーションをとりながらぜひ遊んでみてください。



♪ラララぞうきん♪

ラララぞうきん ラララぞうきん (体を上下にさする)
ラララぞうきんをぬいましょう
チクチクチク チクチクチク (人差し指で体をツンツンとする)
チクチクチクチクぬいましょう

ホキポキダンスのリズムに合わせて歌います。お子さんの体をぞうきんに見立てて、ちくちくと縫うふれあい遊びです。

リズムや動きをアレンジしても楽しいです♪



♪ちょちょちあわわ♪

ちょち ちょち (手を2回合わせる)
あわわ (手を口にあてる)
かいぐり かいぐり (両手を回す)
とっとのめ (優しく目を隠す)
おつむてんてん (頭をポンポンとたたく)
ひじぼんぼん (ひじをたたく)

おつむやひじなど、お子さんの体の部位を触り、全身でスキンシップを楽しみます。

♪あたまかたひざポン♪

あたま かた ひざ ポン
ひざ ポン ひざ ポン
あたま かた ひざ ポン
め みみ はな くち

歌に合わせて、お子さんの頭・肩・膝を両手で触り、「ポン」で手をたたきます。最後は抱きしめたり、くすぐったりしてアレンジすると面白いです。

♡ふれあい遊びの魅力♡

体に触られたりくすぐられたりすることがわかってきたお子さんは、期待が膨らみ、嬉しそうに待っています。そういった親子の触れ合いから愛着関係が育まれます。



道具や準備がいらないため、ちょっとしたスキマ時間や子どもの様子に合わせて楽しめます。

スキンシップによって脳に良い刺激を与えるだけでなく、言葉に合わせた口の動きが口の発達に繋がります。