

◆◆◆ 教えて!みほ先生!! ◆◆◆

「日々の暮らしの中で自然に」

赤ちゃんは生まれて間もない頃から大人とふれあい、リズムカルなやり取りをすることで、社会性を発達させていくと考えられています。それは特別なことではなく、ごく自然に、日々の暮らしの中でできることです。お子さんの目を見て、落ち着いたテンポで体にふれながら、普段話す言葉を歌うように言ってみてください。たちまち楽しい、ふれあい遊びの時間になります。「ごはんだよ」「まってね」「いちにのさん」など、オリジナルなふれあい遊びがいつでも作れます。最後にくすぐったり持ち上げたり、アレンジも楽しんでみてください。



もとおか みほこ
本岡 美保子先生

比治山大学現代文化学部
子ども発達教育学科 准教授/
研究分野は、乳児保育、
保育実践、子育て支援/
乳児保育、保育実践等に
関する研究多数

◆◆◆ ふれあい遊びに関するおすすめの本 ◆◆◆



だるまさんが

作:かぐい ひろし
出版社:ブロンズ新社

だるまさんの動きに合わせ、からだをゆらゆらさせてみたり、「どてっ」と倒れてみたり。だるまさんと同じ動きはできるかな?



おべんとうばこのうた

構成・絵:さいとう しのぶ
出版社:ひさかたチャイルド

これくらいのおべんとうばこに…一度は聞いたことのあるわらべうたが絵本になりました!キャラクターのポーズに合わせて手遊びしながら読み聞かせてみましょう。

紹介した本は広島県立図書館で借りられます!

★広島県立図書館

広島県立図書館 検索 <https://www2.hplibra.pref.hiroshima.jp/>



★家庭で「ちょっとやってみよう」と思える、役立つ情報を発信中

親子コミひろしま 検索 <https://www.pref.hiroshima.lg.jp/site/oyakokomi/>



子供にとって遊びや日々の生活の全てが学びです!

乳 児
(0~2歳)
シリーズ12
ふれあい遊び編

「遊び」は「学び」



CONTENTS

- ・ふれあい遊びでニコニコになる、親子のスキンシップとは?
- ・いつでもどこでも気軽に楽しめるふれあい遊び3選。
- ・ふれあい遊びをすることで得られる効果とは?

遊び 学び 育つ ひろしまっ子!

広島県教育委員会乳幼児教育支援センター

「遊び」は「学び」

バックナンバーはこちら→



気軽に楽しめて、5つの力が育まれるふれあい遊び。

スキンシップは、子供に安心感を与えるとともに、大人も幸せを感じられるものです。おむつ替えのときや背中をさするときなどスキンシップを図る場面は多様にあります。ここでは、主に0～2歳頃の乳児にぴったりの、いつでもどこでも気軽に楽しめて、スキンシップが図られる、ふれあい遊びをご紹介します。

子供にとって 遊びや日々の生活の 全てが学びです！



おおむね
2歳頃～



ふれあい遊び わらべうた (「おせんべおせんべやけたかな」「だるまんがごろんだ」など)



簡単なルールで
親子で楽しめる
わらべうたが
おすすめ。

同じ歌を繰り返すことで、気持ちの安定につながります。

歌に合わせて、心地よいふれあいが楽しめます。
また「楽しい」、「もう一回やりたい」などの感情がより豊かになります。
音色に合わせて親子や子供同士と一緒に歌ったり踊ったり、
手や足を動かす楽しさを知ることができます。

おおむね
1歳頃～



ふれあい遊び
バスにのって



親子がギュ〜ッとくっついて、
曲に合わせて
楽しめる。

体を動かすことで五感を刺激し、周囲の大人や子供に親しみを持ちます。

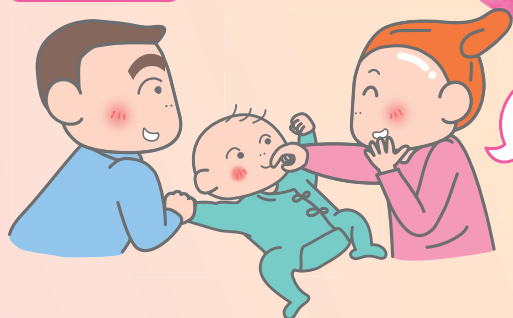
「バスにのって」は大人の膝に子供を乗せて、上下左右に体を倒して楽しむふれあい遊びです。子供の様子に合わせて、「右に曲がります」と言って体を右に傾けたり、「でこぼこ道です」と上下に動かしたりすると子供はとても喜びます。

子供の発達には個人差が大きく、環境によって異なります。
子供の個性や発達のペースを大切に、温かく見守っていきましょう。

おおむね
0歳2カ月頃～



ふれあい遊び みいつけた遊び



子供の目を見て、
語りかけるように
ふれあって。

ちいさいお口、
みいつけた!

周囲の大人や子供とのスキンシップで、心の安定につながります。

子供が横になったままできるので、この頃から遊べます。この時期には五感を育んだり、スキンシップを楽しんだりするのがおすすめ。子供に声をかけながら、「かわいいお顔、みいつけた!」「かわいいお鼻、みいつけた!」と、優しく歌うように語りかけながら触ってあげてください。

ふれあい遊びのねらい

- ★ スキンシップを通して子供に安心感を与え、愛着関係を育む。
- ★ 音楽やリズムに合わせて、身体を動かす楽しさを知る。
- ★ 他の人と一緒に行い、大人や友達と関わることの楽しさを味わう。