



# たいよう

## 子育て通信

令和元年 NO. 162

東加古川子育てプラザ

TEL 423-5517

加古川駅南子育てプラザ

TEL 454-4189



今年のゴールデンウィークは10連休でしたね。4月に入園、進級を迎えてから約1か月、新しい生活に少し慣れたところでの長いお休み。お家でお父さんお母さんとゆっくり過ごし、連休明け離れるのがいやで登園時に泣いてしまった子もいたと思います。「また、ふり出しに戻ってしまったわ…」「きっと、また泣くと思った…」とさまざまな思いがあったことでしょう。子どもたちが大好きなお父さんお母さんと、ずっと一緒にいたいと思うのは本当の気持ちです。でも成長するにつれて、園で先生やお友だちと過ごすことも、楽しめるようになります。安心してお家での間は、愛情たっぷりふれあってあげてくださいね。



### ゴールデンウィークの 子育てプラザ

ゴールデンウィークのある日、2組の親子がとても楽しそうに遊んでいました。聞くとママ同士が加古川で育った幼馴染。お互い帰省中で子育てプラザで待ち合わせをして、遊びに来てくれていました。久しぶりの再会に話はずみ、子どもたちも仲良く遊んでいました。また、パパと遊びに来ていた2歳の男の子。ママがお買い物中に子育てプラザで遊んで待っているそうです。ママがお仕事で、おばあちゃんと遊びに来てくれた女の子は、お昼ごはんにお家に帰り、午後からまた遊びに来てくれました。家族やお友だちと楽しい時間を過ごしていました。休日も子育てプラザにぜひ来てくださいね。

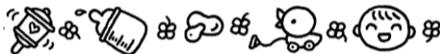


## ♡0～3歳の心の育て方♡

～赤ちゃんの時から子どもはいろいろなことを感じています～

### ①抱っこ、スキンシップをする

赤ちゃんの時期には、スキンシップが大切です。抱いて目を合わせて、笑顔でいろいろと話しかけましょう。これだけで「自分が大切にされている」と感じることができます。

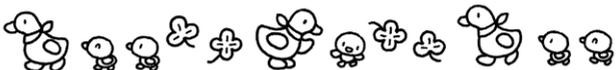


### ②泣いたらよしよしする

赤ちゃんが泣くのは、生理的な欲求が満たされないときだけでなく、不安な気持ち、寂しい気持ちを表現するサインです。その時は抱っこしてやります。抱っこは、ものすごく安心感を与えます。頭をなでてやる、キスをする、微笑みかけるのもいいです。

### ③赤ちゃんの気持ちを言葉にして話しかける

赤ちゃんの気持ちを、大人が酌んで言葉にしてかけていくことが大切です。そうする中で、少しずつ気持ちを表現する言葉を覚えていきます。これを「言葉育て」といいます。特に「くやしい」「寂しい」「悲しい」などのマイナスの感情を代弁してあげてください。マイナスの感情を言葉で伝えられるようになることは、とても大切だと言われています。



### ④一緒にあそぶ

子どもと一緒にあそぶことは、子どもの自己肯定感を育てるためにとっても有効です。親が自分と一緒に時間を笑って過ごしてくれるだけで幸せな気持ちになります。



### ⑤食事、お風呂、寝かしつけのふれあいタイムを楽しむ

### ⑥子どもの話を聞く

まだ上手に話せなくても、子どもの話を真剣に聞くだけで、あなたは大切な存在だと伝えることができます。

### ⑦子どもを丸ごとほめる

「自分のいいところも悪いところも、みんな受け入れられ、愛されている」というのが自己肯定感です。子どもを丸ごとほめる言葉は「自己肯定感」を育む言葉です。「大好きだよ」「お前といると楽しいな」「いい子だね」「どんなことがあってもパパ、ママはあなたの味方よ」「生まれてきてくれてありがとう」など…。

# 雨の日の遊び

梅雨になり雨降りの日が続くと、子

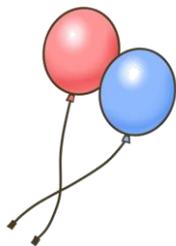
どもたちはずっと家の中で過ごす事になりますね。次第に退屈してはしゃぎだしてしまうことも… そこで雨の日にお家で親子で楽しめるアイデアを紹介します。



## ☆0・1歳児におすすめ

**新聞遊び** 新聞紙をやぶって、イライラ解消！赤ちゃんはなんでも興味津々。目の前にあるものを掴んで、舐めて、ちぎって…。それならいっそのこと、パパやママと一緒にビリビリ遊び！親子で思う存分ビリビリやぶってみよう！やぶった新聞を頭の上から降らせて紙吹雪。ぎゅっと丸めてボールにして、転がしたり投げてみたり。いろいろな遊びができますね。

**風船遊び** 風船はカラフルで独特の手触りです。触った時のキュッキュッという音も赤ちゃんにはとても新鮮ではないでしょうか。口をしばらずにヒューッと飛ばしてみても。壁に当たって方向転換したり、不規則な動きをしたりするので面白いですよね。風船を何個か用意してふわふわ～と部屋に散りばめても楽しい空間になります。ちょっと触っただけでも軽くよく動くので楽しく遊べますね。



## ☆2・3歳におすすめ

**親子クッキング** ♥ ホットケーキミックスでホットプレートを使ってホットケーキ作り。♥ パンに好きなものを挟んでサンドイッチづくり。具材に好きなものを選ばせてあげるとよろこんでくれるのでは。



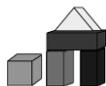
♥ ラップでおにぎり作り。握りやすい大きさのご飯を入れてあげてください。お塩や具材はあらかじめ混ぜておくのがいいですね。少し冷ましてからにぎりにぎさせてあげてください。

## ☆4歳以上におすすめ

**ガラクタ工作** お家にある捨てるものを準備したら、子どもにお任せで工作してみよう。やりにくい箇所は手伝ってあげてくださいね。ダンボール箱や空き箱、トイレットペーパーやラップの芯をはさみで切ってみたり、ガムテープやセロテープで貼ってみたり、ロボットや乗り物など様々な物ができると思います。



## 子育てプラザの講座のご案内



### ◆イクメン講座◆

～ブロック遊びで想像力を育む～

【日 時】6月22日(土)10:30～11:30

【内 容】ブロックでスタンプラリー、遊び方の話など

【場 所】加古川駅南子育てプラザ

【対 象】2歳～小学生未満の子どもと父親

【定 員】子ども15人(先着順) 【参加費】無料

【申込み】6月6日(木)9:00～加古川駅南子育てプラザ Tel 454-4189



## ☆シニアオープンルーム☆

\*やさしいシニアボランティアさんが毎週「あそびのひろば」を開催しています。手あそび、ふれあいあそび、絵本の読み聞かせや季節の行事など楽しい内容がもりだくさん！0歳から就学前のお子さんが、保護者の方と一緒に参加できます。申し込みもいりません。

\*東加古川子育てプラザ

毎週金曜日 13:30～15:00

【第1】もこもこ

【第2】つつじ野夢ふうせん

【第3】たんぽぽさん

【第4】おひさまクラブ

\*加古川駅南子育てプラザ

毎週水曜日 13:30～15:00

【第1】スマイル

【第2】むすんでひらいて

【第3】ぴよぴよ

【第4】のびのび

あそびに  
来てね！



## きらりing 編集室



加古川駅南子育てプラザが4月1日にリニューアルオープンしました。こどもひろばが広くなり、ボルダリングや平均台などの遊具が増えました。遊びに来た子どもたちは、のびのびと楽しく遊んでいます。もし、ご近所でまだ遊びに来たことがないお友だちがいたら、ぜひ誘ってあげてください。また新しくできた調理室は子育てサークルで利用できます。サークル加入もご検討ください。

スタッフ一同皆様のご来館をお待ちしています。

