



りとせ相模大野保育園

子育て支援広場 子育て情報 令和7年12月号



今年は、秋が短くあっという間に冬が来たように感じます。そんな中でも、子どもたちは木の実や落ち葉など身近な自然に親しみ、秋をたくさん楽しんでいました。また、初めての園バスに乗って大きな公園へ遠足に出かけみんなでお弁当を楽しみました。お店屋さんごっこでは、商品決め、製作、販売、購入、異年齢交流と、遊びを通して様々なことを学ぶことができました。

りとせ相模大野保育園では、子育て支援や交流を行いながら、地域の子育て世代の親子と園児が楽しく過ごす機会を提供しています。毎月第3火曜日には司書による読み聞かせがあります。園児たちと一緒に絵本を楽しみませんか。興味のある方は保育園までお問い合わせください。沢山のご参加をお待ちしております。



《どうして運動遊びが必要なの?》No.3

・幼児期は、運動機能をはじめ、体の機能が著しく発達していく時期。だからこそ遊びの中に運動を取り入れる。日々の生活のなかで、「運動遊び」を実践することで、さまざまな体の動きを経験し、会得することが大切です。

「2歳児におすすめの運動遊び」

・走る能力アップ! しっぽ取りゲーム…ハンカチやタオル、ロープなど思い思いのしっぽを用意してズボンやスカートのウエストに折込みます。その状態で追いかけてっこをして相手のしっぽを取ります。外遊びに取り入れるのがオススメです。

・どんぐりコロコロ…「どんぐりコ~ロコロ」の掛け声に合わせて、マットの上に寝そべて横転します。連続で横転することで、平衡感覚や柔軟性を養うことができます。

・肩車でゆーらゆーら…肩車をして、子どもの足をしっかり固定したら、左右にゆらゆら揺れてみましょう。体のバランス感覚を養い、体幹を鍛える遊びです。

赤ちゃんとの関り

乳児期は、「人への信頼」と「一つの物へ注意を向ける力」を獲得する大事な時期と言われています。また、生後3か月頃までは大人が話しかけることが最も効果的な時期でもあります。まだ赤ちゃんとお出合って間もなく、分からないことや苦労することが多いですが、この最初の数か月に子どもの心と体と知性の原点が作られます。

赤ちゃんの目を見て優しく話しかけたり、何か世話をする時にも目を合わせて何をするのか話してから世話をしたりします。不快で泣いている時には「どうしたの?」など優しく抱く、「おっぱい飲もうね」「おむつ替えようね」など優しく目を見て話しかけ、不快を取り除くことを繰り返すことによって、赤ちゃんは人に対する信頼を獲得し、人の目に注意を向けるようになります。良くあやされる赤ちゃんは全身を活発に動かし発達が促されると言われています。

また、大人に優しく抱っこされた赤ちゃんは、視野の変化、暖かな体温、抱きしめられる感覚などを感じ、視覚、聴覚、圧感などの刺激を脳に送ります。脳はそれらの刺激を統合するようにシステムをつくるそうです。優しく話しかけたり世話をしたりすることで、赤ちゃんの脳のシステム作りを援助することができます。

とはいえ、赤ちゃんには泣くことも必要ですし、親にも生活があります。良く泣いた日は、「今日は体が強くなった」と受け止めましょう。心と体に余裕をもって赤ちゃんと関われるように周囲に助けを求められるようにすることも大切です。



育児相談

子育てをされていて、不安に思うことや誰かに相談してみたいと思う時はありませんか?りとせ相模大野保育園では、育児相談をお受けしています。お気軽にお電話ください。お待ちしております。

〒252-0303

相模原市南区相模大野3-14-2 4階 TEL 042-705-5311