

にこにこ通信 3月号

「触れ合って遊ぼう！」

お子さんと過ごすときにはどんな遊びをしていますか。「触れ合い遊び」をすることで親子の絆が深まり、たくさんのメリットがあります。触れ合いは子どもたちの五感を刺激し、目や耳などの感覚や脳の発達を促し、心の安定や人と関わる社会性も育みます。何より子どもも大人も楽しい気持ちになりますね。特別に時間を取る必要はありません。道具も必要ないので簡単にできます。待ち時間や毎日のちょっとした時間に取り入れてみませんか。今回は親子で楽しめる触れ合い遊びを紹介します。

・「いないいないばあ」

子どもの目の前で「いないいない」と言いながら顔を手で隠し、「ばあ」で手を広げます。いないいないの後、少し長めの間をあけたり、指の間から目を覗かせると、期待感が高まります。同じように薄い布などを使っても楽しむことができます。

・「一本橋こちょこちょ」

子どもの手のひらの上で、大人が指先でさすったり、全身をくすぐる遊びです。始めは1本指、子どもの反応を見ながら2本指・3本指と増やしていき、さするスピードを上げていくと、さらに喜んでくれるでしょう。

・「バスごっこ」

大人の膝の上に子どもを乗せて「ガタゴト」と体をゆらしたり、足をひらいて膝の間にやさしく落とします。年齢に合わせて膝の動きを大きくしてダイナミックに楽しむこともできます。

触れ合い遊びのポイントは、子どもの目を見てゆっくり・はっきりした動作で分かりやすく行うことです。繰り返し楽しむことで子どもたちの満足感を満たしてくれます。また、愛されているという気持ちが芽生え自分を好きになり他者を受け入れるようになります。ぜひ一緒に楽しんでみてください。

子育て支援課 子育て応援係
電話 092-919-6001