

おうちで過ごそう♪ ～遊びやおもちゃの紹介編～



いろいろなことが不安な中で仕事や家事に加え、おうち保育をしているパパ・ママ。がんばらず特別なことをせず、身の回りにあるもので遊んでみませんか？ 子どもと向き合うまたとないチャンスと前向きにとらえてお子さんと過ごしてみましよう！

【ふれあい遊び】 パパやママとリズムを合わせて。(感覚・バランス・リズム感を養おう)

・お膝の上でおうまさん 「おうまさんパカパカ」や「でんしゃがったんごっとなん」など擬音をつかった言葉を添えて、いろいろなアレンジを楽しもう。好きな歌に合わせてもいい。(絵A)

A



床に足を伸ばして座り、子どもを膝のあたりに乗せてからひざを歌に合わせて上下させる。
*ゆっくり始めてテンポを上げたり、ひざを上げたところで少し止めて「ドーン」と言って下げるなどバリエーションを追加。

・ゆらゆら(シーツ)ブランコ シーツ(バスタオルでも)・(座)布団やマットを用意して好きな歌を歌いながらお子さんの表情を確かめつつゆらして(絵B)。「もうっかい！」のリクエストがあったらこたえてあげてね。布を使ってのいないいないばあも楽しい。

B



大きな布などに子どもをあお向けに寝せて大人二人が布の両端を持って持ち上げる。布をゆっくり揺らす。
*下にマットや座布団を敷くとよい。

【手作りおもちゃ】 大きいお子さんは一緒に作るのも楽しめる。

・ボール(大) フェイスタオルを2回結んではみ出た端っこを結び目に押し込んで完成。(写真④)

ぶつけても大丈夫。ペットボトルを並べてボーリングも。

・ボール(小) ちらしでも新聞紙でもギュッと丸めてビニールテープやガムテープでとめたら完成。(写真⑤)

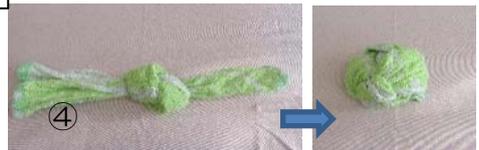
かごや洗面器などの容器に投げて入れるバスケットボール。

・魚釣り さお・・・チラシを細長く丸めてテープでとめたもの、ひも(毛糸、スズランテープなど)、マグネット
さかな・・・トイレットペーパー芯、クリップ、カラーマーカーやシール、セロテープ

さおはなければひもだけでも。逆にひもがゆれて難しいときはさおに直接マグネットをつけて。

魚はペーパー芯に切り込みを入れて尾びれを作る。(はさみは大人が) 魚の顔やうろこ・模様などは子どもが絵やシールで。口のほうにクリップをつけたら取れないように上からセロテープをはる。できあがりの見栄えは気にせず楽しく作ろう。(写真⑥)

たくさんおさかなを作って釣りに対決。おさかなは折り紙で折ってもいいし、牛乳パックを切って平面的でもOK!



ついでに
さおと魚で
こいのぼり



【外遊び】有り余るパワーを持って余す子どもたち。公園でも親子ともに“密”に注意して遊ぼう！

・お砂場遊び（情緒の安定に）

おもちゃはプリンカップなどの廃材を使って（写真①）。砂に触れる、すくって入れる、ままごとでの料理作りや「どうぞ」「ありがとう」のやりとりだけでずっと遊べる子も（写真②）。



・探索遊び（探求心・自立心が育ちます）

公園までたどり着かなくてもあちこちでお気に入り（石ころ・草花・虫・段差・坂道等々）を見つけながら歩こう。途中で見つけた宝物を入れる手作りマイバッグ（写真③）があるとさらにうれしい。

・その他 ボール・なわとびがあるといろいろな遊び方ができる！

*くれぐれも安全には気を付けましょう。



牛乳パックに紙をはってひもをつけた物

【こんなことも好き！】

・色さがし 「〇〇色のものもってきて」と言って子どもに持ってきてもらう。間違えていてもそうかそうかと受け流し怒らない。色の認識ができてくる頃なので、わかる色があったら「やったね」と一緒に喜ぼう。

・小麦粉粘土 作るのも楽しい。材料は小麦粉、水、塩、食用油。（作り方はネット検索で）柔らかい感触は癒し効果抜群の感覚遊び。これは親のほうが楽しめるかも。

・シール遊び 家にあるシールを用意したら貼ってよいところを伝えて自由に貼る。手先の発達を高めるだけでなく、少し大きい子であれば、数や形を伝えてミッションにして貼ってみるのも楽しい。（例：「この絵の中に〇〇を2匹はってみて。」とか「赤くて大きい丸のシールを3個つけて」など）

*ママやパパが子どもの頃に夢中になったことや得意なこと（絵・工作・歌・球技・カード遊び・基地ごっこなどなんでも）を思い出しながらその楽しさを伝えてみよう。

**みんなで
くるくるチャレンジ！**



西区マスコットキャラクター
「にしまるちゃん」

床の上で周りのものをどかしたらプラカップでもオモチャでもカゴでもまわしてみよう。コツをつかんだら結構大きいものも回る！科学的なアプローチもできる遊びだけどまずはとにかく回してみよう。



コマのように回す。どこを立てればよいのか試行錯誤するのが楽しい。



物が自分で立ち上がって回っている感じになる。（これはオモチャの急須）

お気軽にご相談ください。
西区こども家庭相談 ☎320-8470