



# すくすく めえる

子育てほっとステーション あゆみ子どもセンター  
熊本市北区武蔵ヶ丘1-4-32 (あゆみ保育園内)  
☎096-339-5673 相談専用☎096-339-5721  
http://www.kumamoto-ayumi.org E-mail: ayumi@wonder.ocn.ne.jp



生まれてすぐの乳児は、まだ何もできない、何もわかっていないと思われがちじゃが、大人の働きかけにしっかりと反応するんじゃ。相手をするポイントは、赤ちゃんの表情や声に波長を合わせるつもりで、リズムやトーンを加減して、赤ちゃんの嬉しい表情や感情を引き出すように関わるといいんじゃよ。そのためには義務感や教育になってしまわないで、大人自身も赤ちゃんと同じ嬉しい気持ちを感じて接することが大切なんじゃ。でも、機嫌よくひとり遊びをしているときは、そっと見守ろう。赤ちゃんにとって一人で遊ぶ時間もどれも大切な心の栄養になるんじゃよ。



## ◎首がすわる前の頃 (0～3ヶ月)

## 楽しい子育ては遊びから ～0歳児の姿とあそび～

遊びは生まれてすぐから始まっています。自分で動けない時期ですが、大人が働きかけるとよく反応します。

### ☆自分の身体で遊ぶ☆

- ①自分で手足をばたばた動かす。手を口に持っていき・・・自分を確かめる遊びです。
- ②赤ちゃんの手首や足首をつかんでゆっくりと曲げたり伸ばしたりする。「気持ちいいね～」とか「1 (イチ)、2 (ニ)、3 (サン)」など声をかけてあげましょう。
- ③機嫌がいい時に、身体を横向きにししたり、腹這い姿勢にしてみるのもいいですよ。1～2ヶ月ぐらいから短時間から始め、嫌がったら元に戻してあげましょう。

### ☆物と関わる遊び☆

- ①単純な色や形で、目で追える速さでゆっくり動くモビールやメリーを下げる・・・動きを見たり、手を伸ばしてさわろうとしたり、動かして音を出して遊ぶ。
- ②ガラガラなど手に持ち振って音を出すもの・・・自分の動きで音が出るのを喜ぶ。
- ③口で舐めたりできるおもちゃ。



### ☆人とかかわる遊び☆

- ①目を合わせて声をかけ笑いあいましょう。顔を30センチくらいに近づけて、目を合わせて働きかけると、赤ちゃんも笑って声を出して反応してくれます。(と～っても幸せな気分です)
- ②おしゃべりをしましょう。「いい気持ちね」「おはよう」など話しかけたり、「あ～う～」など赤ちゃんの発声を真似たりして楽しみましょう。
- ③お父さんやお母さんが一番の遊び相手です！抱っこして優しく話し掛けたり、軽くゆすってあげる。お顔や身体に優しくタッチしたり、なでてあげましょう。(触れあうことで安心感が伝わりますよ♡)



※このころの赤ちゃんは、泣いて自分の感情や要求を伝えたり、人と関わることを求めます。だから、あわてないでゆったりと相手をしてあげましょう。

## ◎寝返り～おすわり・はいはいの頃 (4～9ヶ月)

### ☆自分の身体で遊んだり、身体を動かす遊び☆

- ①寝返りするようになり、ごろごろ転がったり、両腕で体を支え周囲を眺めて楽しむ。
- ②自分の手や玩具、周囲にある物(タオルや寝具など)をつかんで眺めたり、口に持っていき確かめる。
- \*物の形、重さ、長さ、肌触り、匂い、噛んだ感触、味、温度など、様々な感触を楽しみ、知覚世界を広げていきます。
- ③おすわりが上手になり、両手を使って遊べるようになる。
- \*だからといって、決して座らせっぱなしにはしないように。
- ④動くものや、ママを追いかけて這ったり、台所、洗面所などに這っていき、探索しようとする。



### ☆物と関わる遊び☆

- ①ボールやミニカーなどの単純な動きをするものや、手に持ってなめたりしゃぶったりできるガラガラや布製のおもちゃをつかんで遊ぶ。
- ②散歩に行こう・・・抱っこやベビーカーで散歩に出かけましょう。人や動物、車はもちろん、風の音や揺れる木などすべてが五感を刺激します。
- ③物をつかんだり、引っ張ったり、出し入れしたり、落としたりと、物を操作して遊ぶようになる。(8カ月くらいから)

\*自然とは異なる視覚刺激を与えるメディア(テレビやDVDなど)はなるべく避けましょう。



### ☆人とかかわる遊び☆

- ①いないいないばあとおしゃべり：視線を合わせてから顔を隠し、「バア～」と思いきり笑顔を見せると大喜び。また、名前を呼び、笑いあっておしゃべりしましょう。キャッキョッと喜んでくれますよ。
- ②手あそび、歌あそび：顔や身体にふれてあそぶ  
例＝鼻々々～みみ～、耳々々～くち～、など言いながら、顔や身体の部分に順に触れていく。  
例＝1本橋こちょこちょ♪・・・「階段上って～」のところで、間を持たせるとワクワクします。
- ③親子で身体を使ってあそぶ：自分自身が動く喜びを感じ、体を動かして遊ぶと、とても喜ぶ時期でもあります。  
\*お馬パカパカ・・・脇を支えて両ひざに乗せて上下にパカパカ揺ります。  
\*タオルゆりかご・・・バスタオルにのせて両端を二人で持ち上げて歌いながら揺ります。(パパも一緒にね)
- ④大人と向かい合って、ボールや物を渡すと受け取って喜ぶ。(笑顔で、「上手にできたね～」と声をかけながら)



※赤ちゃん時代に人と関わることの楽しさや喜びを十分味わった子どもは、これから出会う人ともうまく関わりがもてるようになりますよ。

6月の予定 ☆: すくすくタイム

月	火	水	木	金	土
					1
					お休み
3	4	5	6	7	8
★	らっこ	★	★	お休み	★
10	11	12	13	14	15
お休み	らっこ	ベビー 巡回相談	らっこ	★	どんぐり クラブ
17	18	19	20	21	22
★	らっこ	★	らっこ	★	お休み
24	25	26	27	28	29
★	らっこ	★	ベビー 育児講座	★	お休み

☆活動紹介☆

『らっこちゃん』

対象：1才以上の就園前の親子  
 日時：火曜・木曜（変更の場合もあります）  
 時間：10：00～12：00 室内あそび&園庭遊び  
 予約数：6組まで

『ベビーらっこちゃん』

対象：1才になるまでの親子  
 日時：水曜日（月2回程度、変更の場合もあります）  
 時間：10：00～12：00 室内あそび  
 予約数：8組まで

『★：すくすくタイム』

利用できる時間帯：9：00～13：00  
 （昼休み：13：00～14：00）  
 14：00～15：00

あゆみ保育園の園庭や支援センターのお部屋を使って親子で自由に遊べます。

利用される際は、電話して来所されてください。

『電話相談』 ☎096-339-5721（相談専用）

毎週 月～金（9：00～15：00）

\*子育てに不安があったり、どうしたらいいか悩んでいる方、お気軽にご相談ください。

◆地域の子育てサークル紹介◆

👉武蔵っ子クラブ：武蔵校区

場所：武蔵コミュニティセンター  
 日時：第3火曜 10時～11時45分

◎外あそびの会『ほっとらっく』

場所：武蔵ヶ丘西公園  
 日時：第2・3木曜 武蔵ヶ丘西公園 10時30分～12時  
 ※8月・1月はお休み  
 主催：武蔵子育てネットワークの会

👉ふれあいママクラブ：楠校区 ※現在休止中

場所：楠コミュニティセンター  
 日時：第3水曜 10時から12時  
 主催：楠校区子育てネットワーク

👉ひよこママ：龍田・龍田西校区

場所：龍田コミュニティセンター  
 日時：第2金曜 10時～11時  
 主催：龍田・龍田西校区子育てネットワーク

※子育てサークルとは??

乳幼児とその保護者が定期的に集まり、親子で自由に遊んだり、子育ての情報交換や悩みを相談し合うなど、子育て中の親子が孤立しないよう地域で活動しているグループのことです。

👉ゆげママクラブ：弓削校区

場所：弓削コミュニティセンター  
 日時：第1・3月曜 10時～12時

◎外あそびの会『ほっとらっく』

場所：弓削古閑の上公園  
 日時：第2木曜 10時30分～12時  
 主催：弓削ゆるっと子育てネットワーク

👉ニッキースマイルクラブ：楡木校区

場所：楡木コミュニティセンター  
 日時：第4火曜 10時～12時  
 主催：楡木校区子育てネットワーク

◇問い合わせ◇  
 北区役所保健子ども課  
 ☎096-272-1128

5月の初旬にトマトの苗を植えました☆  
 美味しいトマトができますように・・・と  
 みんなでお願いしながら植えましたよ!!



みんなで植えたトマトの実が  
 大きくなり始めましたよ～!!

☆巡回相談のお知らせ☆

○6月12日（水）10：00～11：30 ※要予約  
 理学療法士さんによる育児講座「子どもの発達について」があります。子育てで気になること、心配なことを気軽に相談できますよ😊  
 参加希望の方は、あゆみ子どもセンターまでお電話ください。  
 問い合わせ先：☎096-339-5673 担当：牛場 平島

☆育児講座のお知らせ☆

○6月27日（木）10：30～11：30 ※要予約  
 栄養士さんによる育児講座「離乳食の進め方について」があります。離乳食について気軽に相談できますよ😊  
 参加希望の方は、あゆみ子どもセンターまでお電話ください。  
 問い合わせ先：☎096-339-5673 担当：牛場 平島