

# すくすくすくすく ちびっこだより

第63号  
令和4年6月発行

すくすくちびっこだよりは子育て中のお母さんにより作成されています

問い合わせ先 子育て支援センターいろはぼけっと  
TEL:71-1560 FAX:71-1561

編集・発行  
ちびっこだより制作委員会

## いろはぼけっとの先生方から おすすめ絵本

図書館で本を借りるときも本屋さんで選ぶときもつい、大人の好みや子どもの好みで似たようなものばかりになってしまいませんか？今年度は支援センターの先生方からおすすめ絵本を紹介してもらうコーナーを作ってみました。初回は大槻先生からの紹介です。



### 0歳から

いないいないばあ 文・松谷みよ子 画・瀬川康男 童心社



#### 紹介文

赤ちゃんは、いないいないばあが大好き。実際にやってみると喜んで笑ってくれます。実際にやった後はこの絵本で…。

#### 委員より

初版は1969年というロングセラー！先生の紹介にもある通りいないいないばあは赤ちゃんにとって普遍的な笑いなのかもしれませんね。いろんな動物や人物のいないいないばあ、楽しい驚きをもつて読めました。赤ちゃんもニコニコです。大人の私は小さいネズミさんが小さい手をめいっはい、伸ばして広げて「ばあ」のところがお気に入りです。

### 2歳から

どうぶつのおかあさん 文・小森厚 え・数内正幸 福音館



#### 紹介文

子どもはみ～んなお母さんが大好き。動物だって同じです。一緒に絵本を見た後はぎゅっと抱きしめてあげてください。

「〇〇ちゃんのお母さんは、〇〇ちゃんを抱っこor おんぶして歩きます。」なんてやってみてはいかがでしょうか。

#### 委員より

リアルな動物たちの絵とお世話をする様子がかわいいです。2歳ともなると体格もしっかりしてきておんぶも抱っこも「重たいなあ」なんて言うてしまうのですが、「いろんな動物もこうやって子育てしてるんだなあ」と親も楽しめる絵本でした。娘も興味をもっていました。私はシマウマやイノシシタイプかなと思って読みました。

どちらの本も町の図書館といろはぼけっとの絵本の部屋にあります。

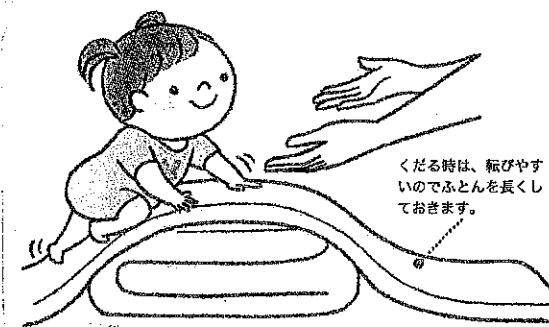


梅雨時はなかなか外遊びができずに、子どもも運動不足になりがちですね…。体力があまってしまう寝てしまったり、イライラ・ぐずぐずしてしまったり、そんな悩みもできます。今年度のちびっこだよりでは、あうちでできる運動遊びを紹介しています。親子で楽しく取り組んでみてはいかがでしょうか？



## ハイハイでのぼろ！

★支持力・脚力 UP!



くたるときは、転びやすいのでふとんを長くしておきます。

### 《あそび方》

- ① たたんだ布団やマットの上に、もう1枚布団を重ねて山をつくる。
- ② 山の反対側から声をかけ、ハイハイで山を登るように促す。

✿ 平らなところでハイハイするよりも負荷がかかります。慣れたら山を高くしたり、距離を長くしてもOK!



## せーのでタッチ!

★バランス感覚・脚力・リズム感覚 UP!

### 《あそび方》

- ① 子どもと向かいあって目線を合わせる。
- ② 両手の手のひらを子どもに向けて「せーの」と言いながら軽くつき出す。
- ③ 「タッチ!」と言いながら手をあわせる。



せーの  
タッチ!

✿ 2才の娘は、上・下・右・左・ナナメ…とリズム良く手を出すと喜んでタッチしてくれず!

両手が難しいければ、片手でも大丈夫です!

※両手を使うと、バランス崩しやすいので、片手だけでも大丈夫です。

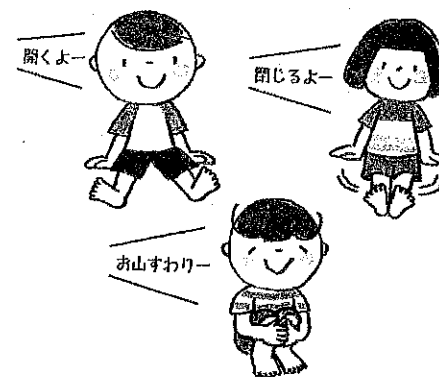


## ポーズは何か?

★協応性・想像力・瞬発力 UP!

### 《あそび方》

- ① 子どもは床に自由に座る。
- ② 合図のことばに合わせてポーズをとる。  
例; 足を開くよー、閉じるよー  
お山おわり など…



✿ きょうだいと一緒にしたり、動物のポーズなどまねのあそびをしても楽しめますよ。言葉だけでは難しいときは、大人と一緒にポーズをしてみてもいいね。

◎ ナツメ社「こころから広がるスクスク育つ! 0.5歳の発達に合った楽しい! 運動あそび」より。

# ♡ふれ愛あそび♡に行ってみよう!

毎月ふれ愛あそびが開かれているのをご存じですか? 5月からまた再開しているので、ぜひ参加してみてくださいね。今回は体験レポと合わせてご紹介します♪

みのわ~れ「ほ、こりルーム」

図書館 なごみ~な

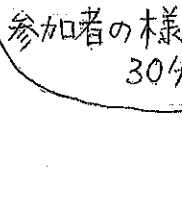
イオン1Fにあるみのわ~れ「ほ、こりルーム」で14時からスタートです。参加者の氏名、住所、連絡先を記入します。



5月10日はこんな内容でした。

- わらべうた トウキョウト  
うまはとしとし などなど...
- シフォンを使った遊び  
じいじいばあ  
にぎりばらちり
- 絵本  
いないいないばあ
- おもちゃを使った遊び  
まんまるちゃん

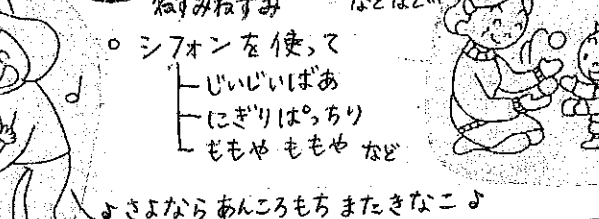
参加者の様子に合わせて進めてくれます。30分程度で終了です。



町の図書館にある絵本スペース なごみ~なにて、こちら連絡先等の記入、検温を終えて名札を見つけてからスタートです。

5月13日はこんな内容でした。

- 手遊び - はじまるよ はじまるよ
- 司書の先生による読みきかせ - 絵本 いちご
- わらべうた  
あしあしあひる  
かじやのかちちゃん  
いちりにりさんり...  
めんめ すーすー  
ふくすけさん  
ねずみねずみ などなど...
- シフォンを使って  
じいじいばあ  
にぎりばらちり  
ももやももや など



よさよならあんころもちまたきなこよ

どちらも事前予約はいりません! 体調を整えて参加できると楽しいですよ!

参加してみた感想

初めて参加しました。

娘の反応を見て気に入ったものは繰り返していただき、おもちゃに興味が多かったので、時にはそちらに行かせてくれてありがたかったです。かしこまらずゆる、とした雰囲気は私達には合っていて楽しめました。ありがとうございました。

◦ 雨、ぽい日だったので室内で楽しんでよかった。  
◦ 図書館では初めて参加して、読みきかせもあっていいなと思いました。絵本も借りられてラッキーです。  
◦ 久しぶりの参加でした。家でやるのとまた違って、ゆたるとした気持ちでわらべうたできて良かったです。  
◦ 1歳過ぎて歩きたい盛りの娘も楽しめました。寝る前の頃から参加しているとまた良いのかなと思いました。

興味がわいた方は是非 今後の回にご参加ください☆

日程表

- 6月14日(火)
- 7月12日(火)
- 8月9日(火)
- 9月13日(火)

場所: イオン箕輪店1F  
みのわ~れ「ほ、こりルーム」

時間: 14時~

日程表

- 6月10日(金)
- 7月8日(金)
- 8月5日(金)
- 9月9日(金)

場所: 箕輪町図書館  
なごみ~な

時間: 1.2.3歳  
10:10~10:40

妊婦: 0.1歳  
11:00~11:30

講師: 大井みゆきさん

※コロナ禍の感染状況により施設ごと利用制限があります。ご注意ください。



梅雨が明ければ夏!!の始まりですね。夏だ!海だ!プールだ!と涼を求め、水遊びしたくなる季節でもありますね。でもまだまだコロナ禍...県外へ行くのはちょっと...って思っている人もいるかもしれません。でもでも子どもに遊ばせてあげたい。そんな時のお助けになれば!って思い今回紹介するのは『水遊びもできる公園』です!! 普段遊んでいる公園からちょっと足をのびしてみるのも楽しいかもしれませんね♪



せせらぎの小径

場所: 伊那市役所南側  
☆アルプス広場噴水という名の通り噴水があります。この噴水は勢いもあり、近づくジャバジャバと水がかかっておもしろい! せせらぎ水路は下が石ころなので脱げないサンダルなどがあるとより歩きやすく楽しめるよ。水は結構冷たいよ。木陰もあり、お弁当を持ってピクニック気分で遊びに行けるのもポイント! でもここには遊具はありません。水遊びを満喫したい! って方はオススメです!



芳川公園

場所: 松本市  
☆とっても広い公園です。遊具や砂場もあるよ。広~い芝生では走りまわることできる!! 思う存分楽しめるよ! ちょうど中央の辺には長~いカナル(水路)があり、その先には噴水もあるので水遊びが堪能できるよ。そしてこのカナル沿いには木もあるので木陰もあり、ちょっと休憩なんて時に使えます。そしてなんと言ってもこの公園のうれしいポイントは! 近くにJRが通っているので、電車や特急列車が見れる! という事です!! これだけ盛り沢山の公園なので人気ということもあり、駐車場がなかなか停められない...なので朝早くから行くことをおすすめします。



親水池

場所: 諏訪湖ハイツ施設内  
☆岡谷の諏訪湖畔沿いにある親水池。ここは池ではなく、コンクリートで整備された場所。3段階に分かれた浅瀬で、大人が入ると足首よりちょっと上の深さ位。ワニさん歩きやおしりをつけてチャップチャブと遊べるし、水もそこまで冷たくないよ。日影がなくて、テントやパラソルがあるけど、混んでいたりすると場所の確保が難しいかも...。そしてここには広い芝生があったり、なんと言ってもこの親水池の隣には足湯もあるので、お父さんお母さんも諏訪湖を見ながらリラックスできちゃいます!



横内中央公園

場所: 茅野市(ユニクロや西友の近く)  
☆茅野市の商業地の中にドーンと芝生の広がった大きな公園です。水路の水は井戸水を使っているので、水が流れ出ているところは冷たいですが、溜まって広く遊べる場所は温かくなっていて両方の水温を楽しめるよ。水路は階段になっていたり、坂道になっていたりして、水の中をジャブジャブと歩いて楽しいよ。水路の下は舗装されているけど、サンダルがあるといいかも。木陰もあるし、広々としていて気分爽快になれるよ。周りにお店があるので小腹がすいた時にはすぐに調達できるよ。



親水広場&里の水景

場所: 信州スカイパーク 松本市  
☆スカイパークには多くの公園が点在していますが、このやまびこドーム近くにある親水広場と里の水景は水遊びができるよ。親水広場には噴水があり、地面から水が高低差で出たりするので、水のトンネルができ、そこをワイワイしながら歩いたり、頭に水がかかるように待ち受けたりと様々な水遊びができるよ。そして里の水景は大人の足首くらいの深さの水位で川のように水が流れているよ。川底はコンクリートになっているけど、ここもサンダルがあると安心。親水広場と里の水景は歩いて1~2分の所にあるので、どちらも楽しめるよ。木陰もあり、芝もあるのでテントをもっていくのもおすすめ。最寄りの駐車場はターミナルゾーンB号Pです。少し駐車場から歩きますが大人も楽しめちゃう水遊び場です!

