

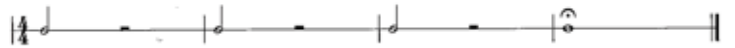
総合子育て支援センター
 サークル『いちご』



CONTENTS

- ◆ちよこっとわらべうた
- ◆らーごむ～“ちよどいい”ってステキ～
「赤ちゃんわらべうた」
- ◆子育て支援の会
- ◆子育て講座報告
- ◆子ども図書室おすすめ絵本
- ◆総合子育て支援センターからのお知らせ
 - ・ひろばのお知らせ
 - ・子育て講座のご案内
 - ・お休みのお知らせ

♪ちよこっとわらべうた♪ 『いちり にり さんり』



- いちり にり さんり しりしりしりしりー
- ①いちり ②にり ③さんり ④しりしりしりしり



お子さんを寝かせ、足首を軽く握って揺らす。



両ひざを軽く握って揺らす。



足の付け根を軽く握って揺らす。



おしりや脇の下をくすぐる。

☆あそびのバリエーション☆

向かい合って座り、腕で遊ぶこともできます。

- ①いちり ②にり ③さんり ④しりしりしりしり



「しりしりしりしり」の前に少し間をおくと、わくわく感が増します。お子さんの反応を見ながら、お子さんが喜ぶ遊び方を見つけてみましょう。

【参考】ふれあいたっぷり!赤ちゃんのわらべうたあそび チャイルド本社

らーごむ



~“ちょうどいい”ってステキ!~
「赤ちゃんとわらべうた」

Lagom(らーごむ)は、「ちょうどいい」、「ほどよく心地良い」という意味のスウェーデン語。総合子育て支援センターは、必要以上がんばることも、手を抜くこともない、みなさんにとって“ちょうどいい”子育てを見つけるお手伝いをします。

新緑が眩しい季節。さわやかな風が心地よく、外遊びやお散歩も楽しみやすくなりました。花や虫などの身近な自然に触れ、親子で季節を感じるができる機会を大切にしたいですね。

情報紙「すくすく」では、親子で楽しむことができるわらべうたを、『ちょこっとわらべうた』のコーナーに毎月1つ紹介しています。ママたちの中には、わらべうたにあまりなじみがなく「わらべうたってなに?」「どんなところが良いの?」と疑問に思われる方もいるかもしれません。今回は、わらべうたがもたらす効果や遊び方を紹介していきます。

そもそも「わらべうた」ってなに?



大人が子どものために作った「童謡」とは違い、「わらべうた」は、子どもたちの遊びや生活の中で生まれ、歌い継がれてきたものです。なじみのないように感じるかもしれませんが、『いっばんばし こちょこちょ』『だるまさん だるまさん にらめっこしましょ』など、多くの方に知られているわらべうたもたくさんありますよ。

ふれあい

わらべうたは、お子さんを膝に乗せる、顔に触れる、くすぐるなど、触れ合いながら楽しむものが多いです。大好きな人とのスキンシップには、信頼関係を深めたり、心を落ち着かせたりする効果があります。

わらべうたの良いところ

声

現代は、テレビやスマートフォンなどいろいろな音であふれていますが、お子さんはやっぱりママの声が大好き。ママ自身の声で優しく歌いかけるわらべうたは、お子さんに安心感を与えます。

大人にも

ゆったりとしたテンポのわらべうたを歌うと、大人も穏やかな気持ちになります。忙しい育児の中で、親子でふれあい楽しみながら、心を落ち着かせる時間として、わらべうたを少し取り入れてみませんか?



こんな時に歌ってみよう

おむつ替え



おむつを替えるときに取り入れると、おむつ替えがただの作業ではなく、楽しいふれあいの時間になります。

例えば・・・

『いちりにりさんり』
※すくすく今月号
表紙掲載

お顔遊び



遊びの中で顔に触れられることに慣れておくと、歯が生えてからの仕上げ磨きに抵抗が少なくなります。顔を拭くときなどにもおすすめです。

例えば・・・

『おおやま こやま』
※すくすく令和6年2月号
表紙掲載

他にも… 寝かしつけ



からだを使って遊びたいとき



近くにおもちゃがないとき



泣き止まないとき



など、いろいろな場面で役立つわらべうた。情報紙「すくすく」の過去の記事は、ホームページから見ることができます。総合子育て支援センター・地区子育て支援センター・つどいの広場の遊びの提供の時間には、わらべうたを使ったふれあい遊びを紹介しています。いろいろなわらべうたに触れて、お子さんのお気に入りを見つけてみてください。

◆出張相談のおしらせ◆

〈5月の相談日〉

8日(水) 悠紀の里

14日(火) なごみん

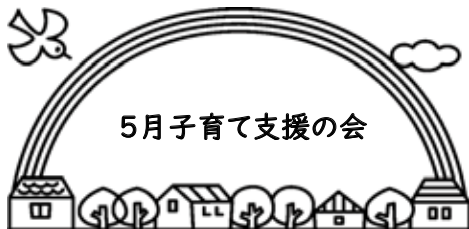
16日(木) おらさきかん

22日(水) よりなん

30日(木) やはぎかん



* 「出張相談」は予約制です。総合子育て支援センターにお申し込みください。 ☎26-0706



☆5月に開催される、各地区の民生委員・児童委員協議会主催の「子育て支援の会」の活動予定です。「子育て支援の会」に参加し、お住まいの地区でお友だちを作ってみませんか？

☆ここに掲載してあるのは一部で、非公開で行っている地区や、地区外でも参加できる会もありますので、詳細はお問い合わせください。

お問合せ：総合子育て支援センター ☎26-0706

***都合により中止になることがありますのでご了承ください。**

8日(水)	こっこの会	東公園(雨天:根石学区市民ホーム)	16日(木)	ぴよこみどり	緑丘学区市民ホーム
9日(木)	ちびっこプーさん	常磐東学区市民ホーム	17日(金)	やひがしばんびの会	西部地域交流センター(やはぎかん)
9日(木)	カンナの会	本宿学区市民ホーム	20日(月)	プチどんぐり	竜美丘学区市民ホーム
9日(木)	こぼとの会	山中学区市民ホーム	21日(火)	ひなたぼっこ	井田学区こどもの家
10日(金)	とろっこひろば	福岡学区市民ホーム	22日(水)	ぽっぽの会	岡崎学区こどもの家
10日(金)	矢南ペンギンクラブ	大和町公民館	23日(木)	めだか広場	男川学区市民ホーム
13日(月)	ねっこの会	大樹寺学区市民ホーム	23日(木)	ちびっこの会	城南学区市民ホーム
14日(火)	ぴよぴよ	大門学区市民ホーム	23日(木)	はねっこ広場	羽根学区市民ホーム
15日(水)	なのはな	六ツ美西部学区市民ホーム	27日(月)	プチ広場	岩津学区市民ホーム

2月7日(水)に堀内幸江氏をお招きして、子育て講座『はじめてのリトミック』を行いました。はじめはドキドキしていた様子のお子さんも、慣れてくると音楽に合わせて歩いたり揺れたり転がってみたりして楽しんでいました。ママたちも、お子さんと一緒にリズムに合わせて体を動かし、普段の遊びとは少し違った楽しい時間を過ごすことができました。

岡崎市立中央図書館 子ども図書室 おすすめの絵本

中央図書館の子ども図書室では、赤ちゃんから小さい子向けの絵本をそろえています。その中からおすすめの本を選びました。お子さんと一緒に楽しみながら読んでください。

『なでてなでて』

日隈 みさき/え 西川 季岐/ぶん エンブックス



ねこがあまえて、なでてとごろん、寝ころんだ。ふわふわだね。いぬは、もこもこ。わには？たこは？はりねずみは？なでると、どんな感じかな？あかちゃんのぷっくりほっぺも、なでてみて。

『あーんぱっぷん!』

山岡 ひかる/作 くもん出版



おちゃわんの後ろにかくれているのはだあれ？にんじんさんでした。おかゆになったにんじんを、あかちゃんが食べます。おかずのプロッコリーもスープになったかぼちゃも「あーんぱっぷん！」おいしいね。

『どのはないちばんすきなな?』

いしげ まりこ/ぶん わきさか かつじ/え 福音館書店



赤い花、ぱーっと開いて、白い花はぴゅーんとのびて咲いている。黄色い花はぼんぼん並んでいる。鈴の形のお花からはりりん音がした？まだまだたくさん咲いたよ。どれがいちばん好き？

『きんぎょさんとめだかさん』

とよた かずひこ/作 世界文化社



きんぎょさんとめだかさんが「いち、にいち、に」と歩く。まわってうでをのばして、手を合わせて、「ひらひら、ちとちと」。体操が終わったら、涼しい水の中へどっぽーん。涼しい水の中で泳いで遊びます。遊び方は最終頁に。

総合子育て支援センターからのお知らせ

都合により、ひろばや講座等は参加人数の変更または中止になることがありますのでご了承ください。

初めてママのためのひろば

★初めて(第一子)の子育てをしているママのためのひろばで『はじめの一步』をしてみませんか?
同じくらいの月齢なら、思いや悩みも似ていて話しやすいと思います。親子で遊んだりママ友づくりや情報交換ができたりする場としてご利用ください。

★13時30分~14時30分(13時20分受付開始。受付前には入室できません。)

5月	ねんねひろば(3か月~4か月)	ころころひろば(5か月~6か月)	にこにこひろば(7か月~8か月)
	毎週火曜日 7日・14日・21日・28日	毎週水曜日 8日・15日・22日・29日	毎週木曜日 9日・16日・23日・30日

パパのためのひろば

★お子さんと一緒に音楽に合わせてふれあい遊びを楽しみませんか。

★第2、第4土曜日10時30分~(10時20分受付開始。受付前には入室できません。)



子育て講座のご案内

講座名	開催日時	場所	講師	定員	受付期間
おいしく食べよう 離乳食①	5月28日(火) 10時~11時30分	総合子育て 支援センター	保健部(保健所) 健康増進課 管理栄養士	乳幼児親子 20組 (抽選)	4月10日(水)から 5月10日(金)まで
歯の健康・ ふれあい遊び	5月31日(金) 10時~11時30分	東部地域 交流センター むらさきかん	保健部(保健所) 健康増進課 歯科衛生士	乳幼児親子 20組 (抽選)	4月12日(金)から 5月14日(火)まで
親子で バランスボール	6月19日(水) 第1部(独歩可)10時~10時45分 第2部(未歩行)11時~11時45分	総合子育て 支援センター	荒木 実佐子氏	乳幼児親子 各10組 (抽選)	5月1日(水)から 5月31日(金)まで
マザリーズを 楽しもう	7月9日(火) 第1部(1歳以上)10時~10時45分 第2部(1歳未満)11時~11時45分	総合子育て 支援センター	児玉 珠美氏	乳幼児親子 各20組 (抽選)	5月21日(火)から 6月21日(金)まで

講座は、電話(26-0706)、総合子育て支援センター受付、もしくはインターネット(電子申請総合窓口)のいずれかの方法で、期間内(最終日17時15分まで)にお申し込みください。先着順ではありません。申し込み多数の場合は抽選となります。参加対象は岡崎市在住の未就園の親子です。各地域交流センターの事務所で受付や問い合わせはできません。



お休みの お知らせ

《プレイルーム・よちよちルーム》

14日(火) 9時30分~13時 支援センター行事のため

28日(火) 9時30分~13時 支援センター行事のため

●日曜日・祝日は通常のお休みです。

※よちよちルームは上記以外にも都合によりお休みになることがあります。その場合はプレイルームをご利用できます。

※やむを得ず予定を変更することがあります。

13日(月) 駐車場に制限があります

この情報紙「すくすく」は、岡崎市のホームページからも
ご覧いただくことができます。

すくすく

検索

受付時間:8時30分から17時15分まで

お問合せ:総合子育て支援センター ☎26-0706