

# 子育てつうしん



蒸し暑い日が続いていますが、子どもたちは汗をいっぱいかきながらも夢中になって開放的な遊びを楽しんでいます。

たくさん遊んで、たくさん食べて、そして、しっかりと休息を摂りながら、厳しい夏を乗り越えていきたいですね。

広島和光園保育所では、今年度も“うえるかむでい”を行っています。地域の親子の皆様との交流の場となるよう、楽しく過ごして頂けたらと思います。ぜひ、親子でお気軽に遊びに来てくださいね。

## R5度 うえるかむでい（今後の予定）

日	時	予約受付期間
8月5日（土）	10：00～12：00	7/24（月）～8/4（金） 10：00～17：00
9月9日（土）	10：00～12：00	9/1（金）～9/8（金） 10：00～17：00
10月28日（土）	10：00～12：00	10/2（月）～10/27（金） 10：00～17：00
12月9日（土）	10：00～12：00	12/1（金）～12/8（金） 10：00～12：00

※詳細は予約受付の際にお伝え致します。

## 育児相談も行っています

日頃のストレス、育児の悩みや不安をお話しして分かち合ったり、解消したりして、気持ちスッキリ！発散できる楽しい場になれば幸いです。

## 子育てのひとくちメモ

大好きなおうちの人との肌と肌とのふれ合いは子どもたちの心の安定につながります。肌と肌がふれ合うと、『きずなホルモン』と呼ばれる脳内ホルモン『オキシトシン』が分泌されます。オキシトシンが分泌されると心が安定し、親子の愛着関係が深まります。子どもだけでなく、親にとって安らぎ、ストレス解消といった良い効果があります。本を読むときに膝にのせる、添い寝をしながらトントンする、着替えのときに身体をさすってマッサージするなど日常の中で無理なくふれ合える機会ができるといいですね。



# お家で楽しめる遊びの紹介

雨の日や暑さが厳しい季節は、元気で室内で遊ぶ時間が増えますよね。  
今回は、お家でお子さんと一緒に楽しめる遊びを紹介します。

## 手作りおもちゃ、作ってみませんか？

### 歌をうたいながらシャカシャカ♪



小さなペットボトルの中にビーズや鈴などを入れて、マラカスを作りました。物を掴めるようになる0歳から楽しめます。

中に入れるもの次第で色々な音が楽しめます！



### 入れたり出したり…



色々な長さのチェーンを真剣な表情で穴の中に入れていきます。



タッパーの蓋に穴をあけ、その中に型を入れたり出したりする遊びです。1歳児クラスに置いています。

### くっつけたり、はずしたり…



ペットボトルのふたを2つくっつけた両側にマジックテープを貼り付けます。手先が器用になってくる1歳から楽しめます。



廃材や100円ショップで購入できるもので手軽に作れるので、ぜひ作ってみてくださいね♪

## 親子で楽しめるふれあい遊び

### いっぽんばしちょちょ

- ① 「いっぽんばーしーちょちょ」  
子どもの手のひらを指でなぞり、くすぐる。
- ② 「たたいて つーねって」  
手のひらを軽くたたき、軽くつまむ。
- ③ 「かいだんのぼって…」  
人差し指と中指で子どもの腕の上をつたって肩まで登っていく。
- ④ 「ちょちょちょちょ…」  
子どもをくすぐる。



### ぎっこんばっこん

「ぎっこん ばっこんよいしょぶね  
おきはなみがたかいぞ」



うたにあわせて、押ししたり、引いたりを繰り返す。

