

あそぼう会の予定



今月は、毎週金曜日 10:30~12:00 です♪
 予約なしで参加できます。ぜひ親子で遊びに来てください♪

3日	おやすみ
10日	あそぼう会のおへや・テラスであそぼう
17日	わらべうたであそぼう
24日	絵本・おはなしの日・体重測定
31日	つくってあそぼう (ボトルキャップのおもちゃ)

☆6月に離乳食教室を予定しています☆

詳しい日程は6月号のこそだてひろばにてお知らせいたします!

わらべうたであそぼう

- ♪いちりにり
- ♪えーかおしえ
- ♪おちょうす
- ♪アシアシ
- ♪おぼうさんだいだいだい
- ♪おなかがすいてた
- ♪ねんねんよ
- ♪赤いはな



ひとくちメモ
 「赤ちゃんは自然な姿勢で育てましょう」中面へ

こそだてひろば



あかいはな しろいはな
 ねんねのさとは はなざかり
 ねんこせ ねんこせ
 はなのなかで ねんこせ

2024年5月号
 こぐま保育園
 こそだて・福祉センター
 TEL042-375-4677

♪わらべうたをやりました♪

今年度のあそぼう会は「わらべうたであそぼう」でスタートしました。講師の森さんが「つつきましょぼこべんだあれ♪」と唄うと、初めて参加して少し緊張していた子も、ニコッと表情が柔らかくなります。0歳のお子さんたちも、「♪たんぽぽ たんぽぽ むーこうやーまへ とーんでけ」と聞こえてくると、ジーっと見てにっこり。1歳のお子さんの中には布を「とーんでけ」で放ると、シフォン布に手をのばし自分でもまねっこしてシフォン布を動かしていかわいかったです。自由に遊びながらも、わらべうたに合わせて、おしりを振ったり、手を動かしたり、それぞれ楽しむ姿がありました。子どもたちにとっても、わらべうたは、心地の良いものなのですね。



*わらべうたであそぼう

5月17日(金)
 10:30~12:00
 心の栄養と言われるわらべうた。
 お子さんが喜ぶわらべうたで、
 一緒に楽しみましょう。

講師：森 百合子さん
 (元保育園職員)

*テラスであそぼう

5月10日(金)
 10:30~12:00
 0歳児クラスのテラスであそびましょ
 う!まだお外は心配だな、という方はあ
 そぼう会のお部屋でもあそべます!
 帽子をご用意ください。
 暑いときには、水あそびも計画してい
 るので、着替えやタオル、水筒等もご用意
 いただくと良いかと思ひます♪

「赤ちゃんは自然な姿勢で育てましょう」

～おすわりを自分でできるようになるまで、ゆっくり待ちましょう～

自分で座ることができるようになる前の赤ちゃんは、あおむけやはらばいが自然な姿勢です。
あおむけで、見えるものに手を伸ばしたり、お父さんやお母さんたちがあやすと、うれしくて、手足をバタバタしているうちに、体をひねることを覚え、寝返りをはじめます。

首がすわったら、毎日少しずつ、はらばいの時間をつくりましょう。まわりもよく見ますし、全身の筋力もついて、おへそを軸にしてぐるぐる回転したり、おなかを床につけたすりばいをはじめます。



この時期、自分で座ることのできないうちにおすわりをさせると、赤ちゃんの腰や背中に無理がかかり、赤ちゃんは疲れてしまいますし、背中が丸くなってしまいます。

またベビーラックや歩行器は、赤ちゃんの視線が高くなるので、ご機嫌になることが多いのですが、体が固定され、動きが制限されます。

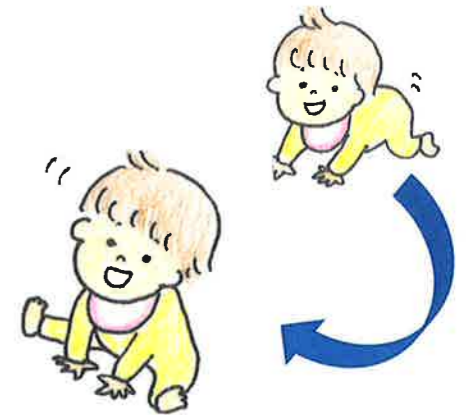
そうすると赤ちゃんの体に無理な力がかかりますし、はらばいやあおむけでの活動ができないので、歩行に必要な筋力やバランス感覚が育ちにくくなります。

筋力やバランス感覚が育たないと、転んだ時、腕や手で体を支えきれず、頭部のけがも多くなるようです。



お母さんたちの体調やおうちの都合で、ベビーラックなどを使わざるをえないときもあるかもしれませんが、長時間の使用にならないように考えてあげられるといいですね。

はらばいとはいはいをたくさんした赤ちゃんは、上半身を支える背筋力が育ち、はらばいから腕をつっぱって上体を起こし、足を前方に出し自分でおすわりできるようになります。



おすわりを自分でできるようになるまで、ゆっくりと待つことが大切です。また赤ちゃんの発達はひとりひとり違うので、その子のテンポを大切に、他の子と比べず、あせらず待つ、ということも大切です。