

5月 みんなのひろば

令和6年5月発行
庄内町子育て支援センター **こころ**
☎42-2268
*事業中に記録用の写真を撮らせていただきます。

そよそよ吹く風といっしょに、周りの花や木々達も楽しそうに揺れて、素敵な音楽が流れてくるようです。公園や森などに出かけるとかわいい鳥たちの歌声が聞こえてきます。よ〜く耳をすますと「ピーピーピー」「チチチチ〜」などいろいろな鳥の声が聞こえてきてお散歩が楽しくなりますね。今月はお散歩を少し深掘りしてみましたのでご覧ください。



子どもと散歩、**歩育**をしてみてもいかがでしょうか！

歩育とは自然を感じながら歩くことで子どもの豊かな心、生きる力を育てることです。

歩育で**運動能力・体力の向上・五感を刺激・交通ルールの習得・コミュニケーションの時間確保・頑張る心を育てる・質の高い眠りを誘導**などの多くの効果も期待できます。歩くことが楽しくて仕方がないお子さんの発達時期を大事にして「歩育」を始めてみませんか？

つい、すぐに結果や効果を期待してしまいそうですが、まずは親子で散歩を楽しむことが大切です。子どもが小さな手をつないで歩いてくれるのは、子育ての中で短い時期かもしれませんね。



この本だいすき！

「まんまるねんね」

作 黒井 健 ほるぷ社

「ねむくなーい」なんて言っている、みんながねんね、まんまるねんねしている優しい絵をみているとほんわかとねむくなってきそうです。寝る前の読み聞かせにいいですね。

「うまれてきてくれてありがとう」

文 にしもとよう・絵 黒井 健・童心社

大人も絵本でゆったり気分！我が子をぎゅっと抱きしめたいくなる絵本です。



ママの声から・・・

「歩いているとすぐに手をのばしてきて抱っこしたがります」

- まずは甘えたい気持ちを受け入れよう。
- 歌を歌ったり競争したり、「あれ、なんだろう？」と質問をしたり「あのお花を摘んでみよう」などと気分をそらして歩くこともおすすめです。
- 子どものペースに合わせてゆっくり歩いて見守りましょう。

「どのくらい歩いたらいいのかな？」

- 年齢×1 kmを目安にして歩くことがのぞましいようですがあくまでも目安ですのでお子さんの様子を見ながら無理なく進めましょう。

6月のひろば

6月20日(金) 10:30～

(30分程度)

* お散歩わんわんを作ろう !

* 絵本の読み聞かせ

※ひろばの前後は自由に遊べます

※1歳以上のお子さんと保護者

お家に連れてって～



申し込み
QRコード

