



げんきな子 がんばる子 やさしい子

園だより

7月号

 北区立さくらだこども園
園長 西澤 尚子

笑顔輝く触れ合い遊び

副園長 本橋 房子

こども園では、5月に3歳児の親子遠足、6月に4、5歳児の土曜日参観を行いました。子どもたちは、何日も前から大好きなお家の方と一緒に遊べることをとても楽しみにしていました。当日は、どの学年も親子の触れ合い遊びの時間を設けました。保育の中で子どもたちが楽しんでいることありますが、お家の方から「子どもとどんな風に遊んだらよいのかよく分からない」「家だと動画を見たりゲームをしたりすることが多い」という声もあって取り入れました。

親子で曲に合わせて踊ったり、触れ合ったり、手を繋いだり、ぎゅっと抱きしめたり、目を合わせたり…。子どもたちの声は弾み、うれしさいっぱい笑顔が輝いていました。お家の方からも触れ合い遊びをした後、「楽しかったです」「こんな風に遊ぶのもいいですね」「結構、疲れました。でも喜んでいる子どもの顔を見るとうれしくなります」との声が聞かれました。

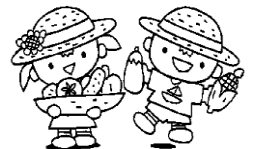
触れ合い遊びには多くの効果があるといえます。その一つは人への信頼感を育むということです。大好きな人と触れ合い、あたたかな視線を向けてもらい、言葉を交わしたり、一緒に笑い合ったりすることで、子どもは安心し心を開き、人への信頼感が培われていきます。そして「自分は大切な存在なのだ」と感じることができます。このような経験は、成長する上で子どもが新たな物事に出合ったときに、自分から関わろうとする気持ちを支える大きな力になっていきます。

また、触れ合い遊びでスキンシップをとり笑顔になると、オキシトシン（優しい気持ち、幸せな気持ちになる）やエンドルフィン（痛みの緩和やストレス解消）といった「幸せホルモン」が分泌されるそうです。これは子どもだけでなく、子どもに触れている大人もこの効果を得ることができるそうです。いろいろな触れ合い方があり、ひざに乗せて絵本を読むというのもよいと思います。

あと3週間もすると夏季休業期間が始まります。普段よりもお子さんと過ごす時間が増える家庭もあると思います。今年の夏も厳しい暑さが予想されますが、家の中でも、道具が無くても楽しめる触れ合い遊び。お子さんと手を繋いだり抱っこしたりする機会は成長と共に少なくなっていくと思います。ぜひ、ちょっとした時間にでも親子で触れ合いながら過ごしてみたいはいかがでしょうか。きっと子どももお家の方も笑顔になり、うれしい時間になることと思います。

—今月の指導のめあて—

- 〈3歳児〉・着替えや所持品の始末などを、保育者に見守られながら自分でする。
- ・保育者や友達と過ごす中で、自分のしたい遊びを十分に楽しむ。
 - ・水に触れて遊ぶ楽しさや心地よさを感じる。



- 〈4歳児〉・友達や保育者と一緒に様々な水遊びやプールでの遊びを楽しみ、心地よさや面白さを感じる。
- ・着替えや水分補給など、夏の生活に必要なことに気付き、自分から取り組もうとする。
 - ・夏の自然現象や季節の変化に興味や関心をもったり、栽培物の生長や収穫を喜んだりする。
- 〈5歳児〉・自分の思いやイメージを実現するために、考えたことを試したり工夫したりすることを楽しむ。
- ・自分の思いや考えを伝えたり、相手の思いにも耳を傾けたりしながら、友達と一緒に遊びを進める楽しさを感じる。
 - ・水に触れて遊ぶ中で、水の感触の気持ちよさを感じたり、水の特性に気付いたりする。