



令和3年 特別号

子育てコンシェルジュだより

掛川市子育てコンシェルジュ（市役所 1 階南側こども政策課内）

Email:kosodate@city.kakegawa.shizuoka.jp ☎21-1211

心と体を育むふれあいあそび

- ・リズムカルな歌に合わせて手指や体を動かしたり、ふれあったりすることで、体や脳がたくさん
の刺激をうけます。
- ・スキンシップにより、安心感や親しみがわき、愛着関係が育ち情緒が安定し、絆が深まります。
- ・楽しい、嬉しい等の気持ちを親子で共有することで感情の育ちにつながります。
- ・繰り返し行うことで、反射機能やリズム感、体や手指の動かし方が自然と身につきます。

あそびうた

【 ぼーず ぼーず 】

① ぼーず ぼーず
かわいときゃ かわいけど



（両足のひざ小僧を、歌に
合わせてゆっくり触る）

② にくいときゃ ペしょん



（ひざ小僧を軽くたたく）

子育てには喜怒哀楽がつきもの。お子さんの全部がかわいい♥
という思いが込められたわらべうたです

【 でこちゃん はなちゃん 】

① でこちゃん ② はなちゃん ③ きしゃぽー ④ ぼ



寝かせたり抱っこしたり、表情を見ながらゆったりと遊んでみましょう

（おでこを 2 回つつく）（鼻を 2 回つつく）（頬に円を 2 回かく）（頬を軽く押さえる）

【 ここはとうちゃんにんどころ 】

① ここはとうちゃん
にんどころ



（右頬を 4 回つつく）

② ここはかあちゃん
にんどころ



（左頬を 4 回つつく）

③ ここはじいちゃん
にんどころ



（おでこを 4 回つつく）

「にんどころ」は似ているところという意味。似ている人を変えても楽しいですね。だいどうはかわいいという意味。

④ ここはばあちゃん
にんどころ



（あごを 4 回つつく）

⑤ ここはねえちゃん
にんどころ



（鼻を 4 回つつく）

⑥ だいどうだいどう
こちょこちょこちょこちょ



（顔の周りを 2 回なでてくすぐる）

【 いちりにいさんり 】

① いちり



(足首をつかむ)

② にり



(両膝をつかむ)

③ さんり



(足の付け根をつかむ)

④ しりしりしりしり



(おしりをくすぐる)

一里二里は昔の数の数え方。四里と尻を掛けしている

【 ちょちちょちあわわ 】

① ちょちちょち



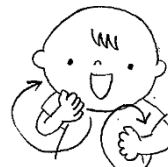
(手を2回たたく)

② あわわ



(口に3回手をあてる)

③ かいぐりかいぐり



(腕の前でぐるぐる回す)

④ とつとのめ



(手のひらをもう片方の指でつつく)

⑤ おつむてんてん



(両手で頭を軽くたたく)

⑥ ひじとんとん



(片手でもう片方の肘を2回たたく)

向かい合ったり手をとって一緒にやってみるといいでしょう

【 いっぽんばしこちょこちょ 】

① いっぽんばし



(手の平を人差し指でなぞる)

② こちょこちょ



(手の平をくすぐる)

③ たたいてつねって



(軽くたたいてつねる)

④ かいだんのぼって



(人差し指と中指で子どもの腕を登る)

⑤ こちょこちょこちょこちょ



(体のいろいろな所をくすぐる)

だんだん指が登ってくると、大好きなこちょこちょに期待いっぱいじらすのも楽しい遊びです

あそびうたは、ちょっとくらいフレーズやメロディーが違ってても大丈夫！ 楽しむ事が大切です。お子さんの様子に合わせてアレンジしたり、自由に楽しんだりするといいですね！



チャイルド本社 (赤ちゃんの) わらべうたあそび 引用