

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



## 赤ちゃんからのスキンシップはとても大切



愛されていることを肌で感じると、赤ちゃんは安心して育っていきます。生後間もない時期から、泣いたとき抱っこや声かけしてもらったり、背中をトントンしてもらったりすると不安が取り除かれ、安心することで信頼感や幸福感が育ちます。抱っこしてもらった安心感や幸福感は大人になってからでは取り戻せないなのでこの時期に育んでいきたいですね。スキンシップいっぱいの手遊びで“親子で笑顔”になってください。

### あそびうた

#### 【 いっぴきちゅう 】

① いっぴきちゅう



（人差し指で手のひらを2回つつく）

② もとにかえって



（人差し指で、手のひらに円を描くように4回つつく）

③ にひきちゅう にひきちゅう



（人差し指と中指で手のひらを4回つつく）

繰り返し唱えて遊ぶ楽しさがあります

④ もとにかえって



（同じ2本の指で手のひらに円を描くように4回つつく）

⑤ さんびきちゅう さんびきちゅう



（人差し指と中指と薬指で手のひらを4回つつく）

⑥ もとにかえって いっぴきちゅう



（同じ3本の指で手のひらに円を描くように4回つつく  
①に戻る）

#### 【 うまはとしとし 】

① うまはとしとししないでもつよい  
うまはつよいからのりてさんもつよい



（子どもをひざに乗せ、馬に乗っているようにひざを上下に動かす）

② ぱかっぱかっ



（“ぱかっ”で足を開いて、どしんと子どものお尻を床につける）

子どもの姿勢が安定するまでは、脇の下をしっかりと支えましょう  
初めは優しくやってあげるといいでしょう

【 むすんでひらいて 】

① むすんで



(グー)

② ひらいて



(パー)

③ てをうって



(拍手 4回)

④ むすんで



(グー)

⑤ またひらいて



(パー)

⑥ てをうって



(拍手 4回)

⑦ そのてをうえに



(バンザイ)

手を握ったり、広げたりは簡単なようで難しい動作です  
向かい合ったり、手をとったりして、優しく行いましょう。その手を～は、下・横・頭…とアレンジしても楽しいですよ

【 あたまかたひざぽん 】

① あたま



② かた



③ ひざ



④ ぽん



(両手で、あたま、かた、ひざの順に触り、ぽんで手をうつ)

⑤ ひざ



⑥ ぽん



⑦ ひざ



⑧ ぽん



(ひざをさわって、ぽんで手をうつ・・・2回繰り返し)

⑨ あたま



⑩ かた



⑪ ひざ



⑫ ぽん



(あたま、かた、ひざ、ぽんの動作を繰り返す)

⑬ め みみ はな くち



(目、耳、鼻、口を順に触る)

赤ちゃんは両手で優しく体の部位を触ってあげるといいでしょう  
顔を触るところは、胸やおへそ、おしりにかえて、くすぐっても楽しいです

