

からだを使って遊んでみよう！ 親子ふれあいあそび

♪だっこでゆらゆら

お子さんと向かい合い 背中に手をまわしてしっかりと支えます
前後にゆらゆら～～ 小さくゆらゆら～ 大きくゆらゆら～
近づくときは やさしく ギュッ” と抱きしめて スキンシップを楽しんでみましょう



♪おひざでジャンプ

お子さんのわきの下をしっかりと両手で持って
ひざの上で小さくジャンプ 大きくジャンプします
お子さんと目線を合わせて楽しんでみましょう



♪こちょこちょ遊び

親子で一緒に笑いながら こちょこちょ遊び
を楽しみましょう



♪つんつん遊び

お子さんの胸やおなかを人差し指でやさしく
押します 慣れてきたら お子さんの足の裏や
手のひらもやさしく押してみましょう



♪のびのびマッサージ

お子さんをおお向けに寝かせます
声をかけながら 肩から腰つま先まで 上から
下へ 体温を伝えるように やさしくさすります

