

## 第14回 個性づくりテーマ展示



子育て中のお母さんお父さんに質問です。

「みなさんは子どもと遊んでいますか？」

子どもにとっては「遊びは仕事」と言われるくらい、遊びが大事です。様々な遊びの中で生きるために必要なことを学び、心も体も成長していきます。中には「子どもとどう遊べばいいかわからない」とか「時間がない」とか、また「遊びよりも勉強・学習が大事」という方もいると思います。今回は特にそんな悩みや考えを持つお母さんお父さんに読んでいただきたいテーマをご用意しました。

子どもと遊ぶための手助けや、短い時間で遊ぶ工夫、また知育に繋がる遊びなど、ただの遊びの枠にはとらわれない子どもとの時間を楽しむヒントをぜひ役立ててください。

子どもにとって「これが正解」というものはないので、色々な遊びを親子で楽しんでもたり、「うちの子はこんな遊びが好き」とか「こんなことをしたら喜んだ」など周りのお母さん同士、お父さん同士でのコミュニケーションに役立ててはいかがでしょうか？

**展示期間：2013年8月31日（土）～10月24日（木）**

**展示場所：鷺宮図書館 5階 個性展示コーナー**

## 赤ちゃんとのスキンシップ (0~2歳)

### ●お母さんの声を聴かせる

驚くことに生まれたばかりで目が見えない赤ちゃんもお母さんの声だけは聴き分けるそうです。赤ちゃんは体中の感覚を使ってお母さんを探しています。お母さんがそばにいることで安心するので、まずは日常からたくさん声をかけてあげましょう。

### ●からだにさわる

赤ちゃんはスキンシップが大好きです。声を掛けながら、顔や手足をさわってあげましょう。歌をうたいながらさわるともいいですね。



### ●おもちゃをつかう

赤ちゃんは音のなるおもちゃや、動くおもちゃにとっても興味を示します。また、自分で動けるようになって、興味のあるものに向かっていくようになります。お父さんとハイハイで鬼ごっこしたり、興味のあるものを見せて取りに行くなど、行動の範囲が広がってきます。

## 子どもの遊びの本領発揮 (3~6歳以上)

### ・静かな遊び

#### ●おはなし

絵本を一緒に見たり、おはなしを読んであげたりしましょう。実際の本になっていなくても、お母さんの思いついた話でも面白いでしょう。たまには子どもの思いついたお話を聞くと、素敵な物語が出来上がるかもしれません。



#### ●おえかき

紙とペンを用意すると、子どもはたちまちお絵かきをしてしまいます。子どもたちそれぞれのいろいろなイメージを素敵な絵画にしてもらいましょう。

お絵かきを覚えた子どもは壁や床にもたくさん描いてしまうかもしれませんので、あらかじめ壁や床に、お絵かきされない、またはお絵かきしても大丈夫な工夫をしてあげましょう。

#### ●おんがく

お母さんが歌ったり、CDを聴かせたり、色々な歌や音楽に触れる時間を作ってあげましょう。また手遊び歌などで指や手足、体全体を動かすことで、子どもの中でリズム感が生まれ、体を動かすのが楽しくなってくるでしょう。

## ●工作

身近なものから新しいものを作ることは、子どもの創作意欲を刺激し、想像力を膨らませます。牛乳パックや段ボール、ペットボトル等は素敵な工作材料となるでしょう。

主に、女の子は飾れるものや置物、男の子は作ったあとに動くものや遊べるものを好むようです。いろいろ作って子どもの興味がわく工作遊びを目指してみましょ。



## ●折り紙

紙だけでいろいろなものが作れる、日本ならではの工作です。

始めのうちは単純な折り方でできる動物や乗り物が子どもの興味を引きます。

慣れてくると昆虫や恐竜、花や雑貨なども作りたくなってくでしょう。折り紙が難しいと思うお母さんお父さんも、子どもと一緒にお手本を見て順序よく折っていくことで徐々に折り紙スキルがアップし、難しい折り方もできるようになってきます。

飾りつけ用には見た目の良さから、切り紙などもおすすめです。

## ●運動遊び

### ●室内あそび

室内では動く範囲も限られてしまいますが、その分だけ子どもとのスキンシップ性が高まることでしょう。おんぶや抱っこ、肩車、短い距離からボールの投げっこなどはどうでしょうか。また、手遊び歌などで音楽に合わせ、手足や体を大きく動かすこともできます。工作で作ったおもちゃで遊ぶのもいいですね。

### ●公園あそび

公園ではおうちの中でできなかったかけっこや、運動などがたくさんできます。それに、鉄棒・すべり台・ブランコなど、公園の中は遊び道具でいっぱい。

一つの遊び方にとらわれず様々な遊び方ができることでしょう。

他には、砂場でお城作り、子どもと一緒に園内をゆっくり散歩するのもいかがでしょう。



## ●お出かけ

たまには遠くに出かけてみるのはどうでしょうか。

近所の公園とは違う大きな公園や、動物園や水族館・博物館・遊園地、夏であればプールもあります。他には大きな本屋や、図書館の児童コーナーでも楽しい時間を過ごせそうです。

出典:『きほんの遊び142』 中川信子/監修

『子どもの身体(からだ)力の基本は遊びです』 汐見稔幸/著

『脳と心を育てる50のあそび』 森田勝之/著

# おすすめ展示図書



## 『子どもと楽しむ「遊び」のヒント』

早末恵理／著 飛鳥新社  
請求記号：379.9ハ

暮らしのすべてが「おもちゃ」に早変わり！  
3～6歳の子どもがいるお母さんやお父さんは  
もちろん、おじいちゃんおばあちゃん、子どもたち  
のまわりにいる人たちも楽しめる「遊び育児」の  
アイデアを紹介。



## 『脳と心を育てる50のあそび』

森田勝之／著 チャイルド本社  
請求記号：379.9モ

子どもの脳がめきめき育つ！ 言語、論理・数学、  
絵画、音楽、運動、空間、社会の7分野の知性を  
バランスよく育てられる。0歳から5歳までの  
あそび50を、脳科学の専門家が提案。イラストを  
交えて紹介する。



## 『カンタン！スグできる！製作あそび』

村田夕紀／著 ひかりのくに  
請求記号：376.1ム

こいのぼり、七夕飾り、クリスマス、節分…。  
子どもたちと保育者が、季節や行事などの「製作  
あそび」を安心して楽しくできるように、手描きの  
カラーイラストで作り方をわかりやすく紹介。  
選ぶ目安になる3段階の難易度付き。

# 展示図書リスト

このリストのほかにも多数取り揃えております。ぜひ展示コーナーへお立ち寄りください。

書名	著者名	出版社	分類	出版年
親子で！みんなで！遊べるおりがみ153	新宮 文明／著	西東社	754.9 ニ	201307
とっておきのプール遊び水遊びどろんこ遊び	志賀 圭子／著	すずき出版	376.1 シ	201305
楽しくあそべる絵かきうた120曲 改訂版	—	ブティック社	798 タ	201212
豊かな遊びを引き出す手作り遊具	東間 掬子／著	チャイルド本社	376.1 ト	201210
作って遊べるカンタンおもちゃ	竹井 史／著	ひかりのくに	376.1 タ	201210
わくわく！びっくり！かんたん手づくり絵本	木村 研／著	チャイルド本社	376.1 キ	201208
作って歌って話してあそぶおはなし小道具	芳賀 哲／著	一声社	376.1 ハ	201206
幼児のからだところを育てる運動遊び	—	杏林書院	376.1 ヨ	201206
身近なおもちゃでできる！赤ちゃんの知能開発あそび	—	メイツ出版	599 ミ	201205
かんたんなのしい室内あそびのアイデア	阿部 直美／著	エクスナレッジ	376.1 ア	201204
子どもとでかける東京あそび場ガイド 12年度版	—	メイツ	291.36 コ	201203
保育の楽しみかたがわかる本	森川 紅／著	ひかりのくに	376.1 モ	201202
月齢別赤ちゃんのよろこぶあそび110	横山 洋子／著	チャイルド本社	376.1 ヨ	201201
やさしいっぱい！赤ちゃんの手づくりおもちゃ50	—	チャイルド本社	376.1 ヤ	201201
子どもは遊べなくなったのか	—	三学出版	376.1 コ	201104
鬼ばばからの贈りもの	丹保 君枝／著	文化書房博文社	376.1 タ	201012
0～5歳児の生活習慣身につけbook	永井 裕美／著	ひかりのくに	376.1 ナ	201003
天才児を育てる魔法のあそび	—	辰巳出版	379.9 テ	201003

## ミニミニコラム

### コンピューターゲームとどう付き合うか

ゲームのやりすぎで子どもがダメになる、と思うお母さんも多いと思います。「ゲーム脳」という言葉もあります。しかし近年のゲーム事情は変わってきました。適度なゲームは集中力や想像力を高めます。大学教授がおススメする脳を鍛えるゲームや手足を動かすゲームもあり、子どもだけでなく大人も楽しめるものがたくさんあります。

悪いのはゲームをすることではありません。漫画やTV・映画鑑賞・他の趣味や遊びも含め何事も、やりすぎ、ハマりすぎるのがよくないのです。

遊ぶ時間をしっかり決める。またはお手伝いや宿題のあとにごほうびとして遊ぶなど、制限を付ける。他の遊びも含めてバランスよくすることで、メリハリがついて、楽しく遊べるのではないのでしょうか。

出典：『子どもの脳を育む！よい習慣』 久保田競／著

『子どもの身体(からだ)力の基本は遊びです』 汐見稔幸／著

# 「子どもの遊び」について調べるには

図書館の資料の調べ方、インターネットを活用した調べ方についてご紹介します。

## 1 【情報探索のキーワード】効率的な情報検索には、適切なキーワードが必要です。

遊び	おもちゃ	知育
保育	工作	折り紙
運動	お出かけ	手伝い

## 2 【基本的な情報源】辞書・事典類でテーマについて基本的な情報を入手しましょう。

資料情報	請求記号	配架場所
現代用語の基礎知識 2011	031 ゲ	6階
育児の基本大百科	599 イ	5階
のびのび育児百科	599 ノ	5階

◎中央図書館参考室では、育児に関する統計や白書を所蔵しています。

資料情報	分類
子ども・子育て白書 平成24年版 内閣府／編	369.4 コ
保育白書 12年版 全国保育団体連絡会／編	376.1 ホ
子どものからだと心白書 子どものからだと心・連絡会議／編	498.7 コ

## 3 【図書を探す】

### ●館内所蔵を探す

#### ◎ テーマの棚に行って探す

図書館の本は主題ごとに棚に並んでいるので、請求記号の最初の数字を参考にして同じ主題の本を探すことができます。

分類	分野	分類	分野	分類	分野
376.1	幼児教育	379.9	家庭教育	384.55	遊び・遊戯
599	育児	781.9	児童遊戯	798	室内娯楽

#### ◎ 中野区立図書館利用者解放端末（OPAC）で探す。

資料のタイトル、著者名、出版社名などから、中野区立図書館所蔵の資料を検索できます。

中野区立図書館のHP <http://www3.city.tokyo-nakano.lg.jp/tosho/>

中野区立図書館HP（携帯版） <http://www3.city.tokyo-nakano.lg.jp/tosho/i/>

### ● 東京都内公立図書館で所蔵されている図書を探す。

◎「東京都立図書館統合検索」 <http://www.library.metro.tokyo.jp/>

● 国内で刊行されている図書を探す。

◎「国立国会図書館サーチ」 <http://www.ndl.go.jp/>

◎「Books.or.jp」 <http://www.books.or.jp/>

国内で発行された入手可能な書籍が検索できます。出版社のホームページやオンライン書店へのリンクもあります。

4 【オンラインデータベースで調べる】

中央図書館では、参考資料コーナーの利用者開放インターネット端末で、以下のデータベースをご利用いただけます。

データベース	収録期間と主な内容
官報情報検索サービス	1947年5月3日から当日までの官報記事の検索
日経テレコン	1975年からの日経4紙（経済・産業・金融・流通）の記事
聞蔵Ⅱビジュアル	1926年から1945年までの朝日新聞紙面イメージ 1945年から当日までの新聞の記事 ほか
MAGAZINE PLUS	1981年からの一般紙・総合誌の雑誌記事検索や学術論文
WHO PLUS	歴史上の人物から現代の人物まで約32万人のプロフィール
D1-Law.com	判例情報、法律の改廃記録、法律判例文献情報 など

5 【インターネットを利用する】

●中野区の子育て情報を知る

◎中野区子育て情報（中野区役所）<http://www.city.tokyo-nakano.lg.jp/childcare/>

◎暮らしのガイド「子ども・教育」>「学習・遊び場・活動」（中野区役所）

<http://www.city.tokyo-nakano.lg.jp/guide/003/006/index.html>

●あそび

◎世界あそび事典>子ども・親子向け（日本レクリエーション協会）

[http://jiten.recreation.jp/asobi\\_list/0004.php](http://jiten.recreation.jp/asobi_list/0004.php)

●うんどう

◎子どもの体力向上HP（日本レクリエーション協会）

<http://www.recreation.or.jp/kodomo/index.html>

●おでかけ

◎MapfanWeb（インクリメントP株式会社）

<http://www.mapfan.com/kankou/spot/index.html/>

◎こどもとあそぼう（ぴあ株式会社）

<http://www.pia-kids.jp/>

●類縁機関

◎中野区児童館（中野区役所）

<http://www.city.tokyo-nakano.lg.jp/dept/172000/d012426.html>



## 図書館活用のススメ

図書館では乳幼児向けや小学生くらいまでの子ども向けのお話を定期的に開催しています。また、季節ごとに大きなイベント行事も開催しています。子どもと一緒におはなしや、読み聞かせをするきっかけを、まずは図書館でつかんでみてはいかがでしょうか？ そして、たくさんの絵本や読み物に囲まれる楽しい時間を過ごしてみてください。

### ・ 鷺宮図書館では

定期的に行っている児童向け行事は、乳幼児向けの「うさぎおはなし会」と、小学生くらいまでの子ども向けの「おはなし会」があります。「おはなし会」では、本の読み聞かせや紙芝居などを、「うさぎおはなし会」では、手遊び・わらべ歌も行っています。

どちらも事前予約などは必要なく、当日直接図書館にお越しただけで大丈夫ですので、お気軽にご参加ください。

- ・ うさぎおはなし会（乳幼児向け）  
：毎月 第2土曜日 11:00～11:30
- ・ おはなし会（幼児～小学生向け）  
：毎月 第1～3金曜日 15:30～16:00  
第4・5土曜日 15:00～15:30

季節ごとに特別おはなし会もあります

- ・ 子ども読書の日記念おはなし会（5月）
- ・ セタ会（7月）
- ・ 戦争と平和を考える子ども会（8月）
- ・ クリスマス会（12月）

