

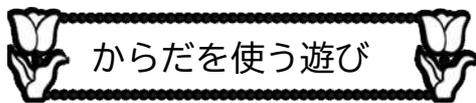
## 遊び方のポイント

こどもの遊びは成長とともに広がっていきます。最初は、動くものを見つめたり、水をパチャパチャするなど、からだに触れるものを感覚で楽しむことから始まります。

寝返り・おすわりの頃になると、音がするものや揺れるものに興味を持つようになり、繰り返して遊ぶようになります。

はいはい・つかまり立ちの頃は、人との関わりが深まり、からだの動かし方が上手になります。まねっこが好きになるので、保護者と一緒にいろんな手遊びが楽しめる時期です。

つかまり立ち・ひとり歩きができるようになったら、全身を使った遊びも楽しめるようになります。



赤ちゃんは、保護者に抱かれ、触られることで、からだのすみずみまで感覚が育まれて自分のからだを知ることができます。

ガラガラなどを手に持たせたり、上からつるして手でさわらせたり、引っ張らせたりして遊びましょう。



仰向けの赤ちゃんの足を曲げて、ゆっくりとからだをねじると自分の力で腹ばいになります。



バスタオルなどを丸めて肩の下に入れ、前におもちゃを置いたり、話しかけたりしましょう。  
自分で頭を持ち上げようとしたり、音の鳴る方向に首を向けることで、寝返りをする力がついていきます。



手の力がついたら、ハイハイをしているお腹の下に、赤ちゃんのひざを入れて、お尻をくすぐると、ひざを伸ばして前進しようとしています。



## やりとり遊び

授乳中に話しかけてあやしたり、抱っこをしたりするのも、赤ちゃんとのやりとりです。赤ちゃんに呼びかけたり、手足を軽く動かしたりしてみましょう。



## おもちゃの選び方

おもちゃは、赤ちゃんの興味や想像力、からだを動かす力を育てます。赤ちゃんの興味や成長にあわせて選んであげましょう。



### 3か月～8か月

赤ちゃんの動きを引き出す物、音や動きで反応する物、しゃぶれる物。  
(例) やわらかいボール、円盤状の物、太鼓、起き上がり人形、押すと鳴る人形

### 9か月～18か月

音を出すおもちゃ、組み立てるおもちゃ、全身の運動を誘うおもちゃ。  
(例) ラッパ、太鼓、簡単な積み木、押し車、引き車、大きいボール、ぬいぐるみ