



ゆっくりおおきなあれ

～第167号(遊びのひろば3月の予定)～

2026年2月1日発行
日野町子育て支援チーム
(代表: 日野町子ども支援課)
TEL 0748-52-6583
FAX 0748-52-0089

11/14(金) つどいのひろば『ぽけっと』で **子育て講座** を開催しました。

テーマ

子どもの未来のために 今知っておきたいこと

脳の仕組(役割分担)

前頭前野(考える・創り出す・意欲・コミュニケーションなど)

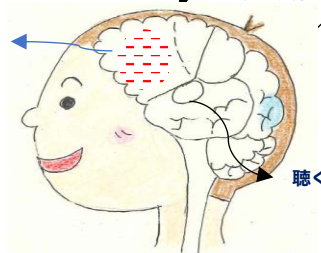
脳に入ってきた様々な情報を総合的に判断して、何をすると良いかという行動を決定する。
色々な経験をすると活発に動く。

からだを動かす

触る・触られる

視覚野(見る) 目から送られてきた情報を認識

メディア(TV・スマホ・ゲームなど電子機器)の使用中は視覚野ばかりが活発になり、他の脳は動かないことが多い!



メディアの長時間の使用や頻繁な使用が続くと、色々な経験をする機会が減少。
土台が不安定になる

☆脳の仕組みから成長・発達をつながりを知ろう!

感覚をしっかり
感じる **経験** をすること

〈感覚〉

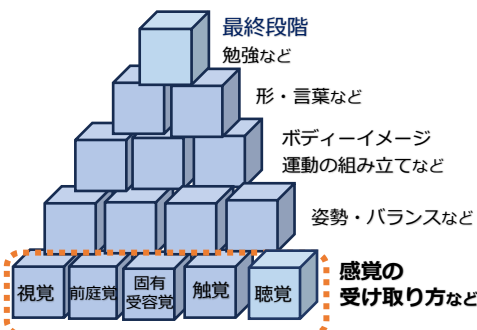
- 視覚(見る)
- 聴覚(聞く)
- 触覚(触る・触られる)
- 前庭覚(速さ、傾きを感じる)
- 固有感覚(力の加減、重さ、身体的位置、動きを感じる)

大事!!

身体を動かさないと脳に入れることがしにくい。
おすすめの遊びを取り入れよう!

土台を整える

色々な経験を多く積み重ねて育つ



**土台が整っていないと
どんな影響があるのかな?**

- ・姿勢が保てないのでじっと座れない
- ・転びやすい
- ・黒板を書き写すことが出来ない

**発達の遅れ、注意力・集中力の支障
感情のコントロールが苦手など**

親子のふれあいが大切

>>> ふれあい遊びのここがスゴイ!

発達の土台を安定させる
「力の種」がいっぱい!

遊びを繰り返す

緩急をつける
(大きく・小さく・速く・遅く、ためを作るなど)

大好きな
お父さん・お母さんと
ふれあえる
心の栄養

揺らす、傾く
(体幹あそび)

スキンシップ
(なでる、こする、つつく、くすぐる、圧刺激など)

歌、「3・2・1」
などの掛け声



問合せ・相談先 日野町役場福祉保健課 0748-52-6574

土台を整える色々な経験・おすすめの遊び



ハイハイは、
体の軸をつくるのに
良い。トンネルをくぐつ
たり、ハイハイレースに
チャレンジ!

スキンシップは、
心地良さ、安心感を
感じる。ふれあい遊び
など道具がなくても
どこでもでき
ますね!



遊具で
遊ぶことも
どのように遊ぶか
考えるので刺激に
なります。



身体を
たくさん使う
遊びをしよう!