

人見知りで、いつもママと一緒にいる2歳の女の子が、水の入ったバケツを5個並べてあそんでいる男の子を見ていました。男の子は5歳。「これ、プールだよ、どうやら女の子に呼びかけているようです。女の子は応えず、ママの後ろに隠れるようにしながら、それでもじーっと見えています。

男の子がどこかに行ってしまうと、そろそろと近寄って水あそびを始めました。やがて男の子が戻ってきましたが、女の子はその場から離れず、別々に、でもお互いの存在を感じながらあそび続けていました。

後ろで見守っているママと目配せしあって、「やりたいって思っ
て、自分のタイミングを計ってたんだねー。はじめちゃえば、そ
ばにほかの子がいても平気なんだねー」とこそそそ話。

子どもには子どもの考えがあること、うっかり見逃していない
かな。いつもちゃんと気づける人でありたいな。そう思いました。

ちびもり
スタッフ



あみさん



じゅんちゃん



まーみん

こどもり はじめて Q&A

Q1 赤ちゃんでも楽しめる？

園内の「みんなのシート」にゴロンと横になって、マットの上
であそべます。子どもたちの声を聞いたり、空を眺めたり、
風を感じたり。赤ちゃん用のおもちゃも用意しています。ほか
の赤ちゃんとご挨拶したり、いろんな人に「抱っこリレー」さ
れるのもいいですね。

Q2 おとなはどうやって過ごしていますか？

子どもと一緒にあそんだり、自然素材を使ってクラフトをし
たり。子どもたちがあそびに夢中なら、適度に離れてリラックス。
「みんなのシート」や園内の椅子をご利用ください（お子さん
の様子が見えるところで、ね）。子どもたちが使ったものを自
分でお片付けできるよう、手助けをお願いします。

Q3 汚れるのが心配です。

お古の服などを「汚れてもOK」と決めてしまうと、気持ちが
楽になります。オススメは、服の上から着る「砂場着」。多少
の汚れなら、中に通しません。長靴もいいですよ。
服や靴が汚れたら、バケツでざぶざぶと泥を洗い落として帰っ
てね。そうそう、大人のみなさんも、汚れても大丈夫な服装・
靴で来てくださいね。

Q4 飲食はできますか？

もちろんできます。「みんなのシート」をご利用ください。
徒歩1分のところにコンビニもありますよ。
ただし、子どものあそび場ですので、飲酒・喫煙はご遠慮ください。

Q5 何を持っていけばいいですか？

まずは着替え！ 2、3組あると安心です。濡れたものやゴミ
を持ち帰るビニール袋。お昼ご飯や飲み物があると、たっぷり
あそべます。天気の良い日は、帽子を忘れずに。あとは、汚
れてもいいタオルがあると着替えの時に便利です。あそび慣れ
た人は、靴の替えも！持ってきます。

Q6 着替えやおむつ替えはどうすれば？

トイレ内におむつ替えシートがあります。2歳ぐらいまでの小
さなお子さん、ベビーベッドも利用できます。着替えはみんな
のシートでもできますが、下着も替える場合などは、園内の
水道脇に小さな更衣スペースがありますので、ご利用ください。

Q7 スタッフは何をしてくれますか？

子どもたちが自由にあそべるよう、環境をととのえ、大きな危
険のないよう気を配っています。ときには一緒にあそびますが、
「遊び方を教える」「子どもを預かる」人ではありません。大
人のみなさんの「一緒に見守る」があってこそ、安全で楽しい
あそび場が実現します。どうぞご協力ください！

その他 利用するみなさんへ

- 申し込みやお金はいりません。
※イベントによっては事前申込や参加費が必要な場合があります。
- 入口の「来園調査票」に、人数と居住地域を記入してから遊んでください。
- あそび道具は自由に使えます。終わったらきれいにしてお返しください。
- スタッフがあそびの様子を撮影し、HP等で紹介させて
いただく場合があります。
- ごみはお持ち帰りください。



こどもの森 ホームページ ▶



誰でも！ いつでも！ なんでもできる

ちびもり Vol.19

練馬区立こどもの森通信・乳幼児むけ

あつい日は
おもいっきり水あそび
ちびもりタイムにおいてよ
火水木金 9:30 ~ 13:30



赤ちゃんだって
日陰でパシャパシャ
水あそび！！

おむつの子でも
小さなプールなら
気兼ねなく
水あそびが
できるよ！



夏は生きものたちの季節！



令和元年（2019年）夏号
発行：PLAYTANK 2019年6月
所在地：練馬区羽沢2-32-7
開進第四小学校ならび
時間：9時～17時（冬期9時～16時半）
休園日：12月29日～1月3日
WEB：nerima-kodomonori.com



はじめてさん
赤ちゃんも
大歓迎

スタッフがいます
声をかけてね！



水あそびといっても、あそび方は色々。
バシャバシャと叩いて水しぶきを感じたり、
ひたすら汲む、コップからこぼすなど…
あそびのツボはそれぞれ。
今年の夏は一度きり！
この子の「今」を感じながら今年の夏を楽しもう。



ちびもりイベント

秋の青空紙しばい

9月27日（金）11:00~11:30 ※雨天中止

小竹図書館とのコラボイベントです。
秋をテーマに紙しばいや大型絵本
手あそびもあつたりと、
あっという間の30分。
初秋の風を感じながら楽しもう。



7月22日～9月2日の間、ちびもりタイムはお休みです。（こどもの森は開園しています）

10才でも大丈夫！

ちびもりタイムに、おいでよ！

火・水・木・金
9:30～13:30

「ちびもりタイム」は、大きな子どもたちが学校や幼稚園に行っている間の、0歳からのちびっこたちが主役の時間です。
小さな子が思い思いにしたいことをしてあそび、大人ものんびりくつろげる。そんな場でありたいと思っています。

- ★ こどもの森の自然やいろんな道具を自由に使ってあそべます。
- ★ 大きなシートがあります。赤ちゃんもあそべるし、お昼や休憩でも使えます。
- ★ 時間中、好きな時に来て、帰れます。
- ★ 月曜日はちびもりスタッフがいません。こどもの森は開園しています。


ちびもりタイムの一日

- 9:30** ちびもりタイムスタート
あそんだり、話したり のんびり過ごそう
- 10:30** 曜日企画はじまるよ
最初にちびっこの外あそびのコツなどお話しします。たくさんあそぼう
※水曜日は曜日企画はありません。好きなことをしてあそんでいます。
- 11:30** そろそろおひる
お弁当を持ってきても、近くのコンビニで買ってきても。ごはんのあとは、お昼寝する子、まだまだあそぶ子…
- 13:00** すぎ お片付けをしたら絵本を読むよ
- 13:30** ちびもりタイム おしまい！

曜日企画 季節のあそびテーマ

7月 水であそぼう

ちゃぶちゃぶ、パシャパシャ♪
お水って不思議だね。
お水を使って気軽にあそべる
いろんなやり方、試してみよう！



9月 色であそぼう

自然の色、クレヨンや絵の具の色、いろいろ。
どんな色が好きかな？



はじめてさんにオススメ / 曜日企画

10:30～11:30 スタッフと一緒にあそんでみよう

火曜 Tuesday **赤ちゃんDAY** おそとにおいでよ！
赤ちゃんはシートの上でごろごろ、のびのび。大人もスタッフやみんなとゆるーくお話しながらくつろごう。10時半に「おはよの会」をするよ。

木曜 Thursday **1歳あつまれ** はじめての外あそび
ドキドキの外あそびデビューは、みんなで一緒に、がいにね。春、夏、秋、冬、季節ごとの楽しいあそびを提案するよ。

金曜 Friday **わんぱく2・3歳** たくさんあそぼう
エネルギー満タン！いろんな実を拾ったり、畑仕事をしたり、ぼくたち、わたしたち、何だってできるよ！カラダもココロもいっぱい動かそう。



夏も外あそびをオススメする理由。

夏は熱中症が心配だから、蚊にさされちゃうから、暑くて大変だから…外であそびづらいうという声を聞きます。確かに、暑さや蚊などを完全に防ぐことは難しいけれど、ちょっとした対処法やコツを知っていれば、より快適に過ごせますよ。冷房の効いた室内より、木陰で時折吹いてくる風はとっても心地よく、お外でも場所を選べばこんなに涼しいんだな～と感じられます。夏だって子どものエネルギーはパワフル全開。暑いからってあそばないではいられない！ 夏には夏の楽しさや出会いがたくさんあります。毎年やってくる夏を、とことん楽しめる方が、絶対楽しいよ！



帽子
タオルや手ぬぐいを巻いても。どうしても嫌な子には、時々霧吹きで水をかけて熱を逃がしあげても。

首を守る
首の後ろにカバーが付いた帽子も便利。濡らした手ぬぐいを首にかけてもいい。

肌を隠す
肌が出てないほうが体力を消耗せず、蚊や日焼けからも守ってくれる。薄くて風を通す服だと快適。

木陰&土の上
アスファルトの上は猛暑でも、木立の中なら10度以上温度が違うことも！

水に触れる遊び
濡れると体の熱が逃げていく。夏の水あそびは理にかなってる！（夏でも冷えすぎには注意！）

足をガード&濡れても平気な川あそび用などのサンダルが安心。

子どもって、ついあそびに夢中になっちゃうけど、暑い日はこまめな水分補給と、日陰での定期的な休憩をとるようにしてね。

遊ぶ、育つ、生きる力
ね 根っコラム

ネガティブな感情は、心の「安心サイクル」を作るチャンス！

小さな子が転んで泣く、自分が作っている物が壊れて怒る、他の子どもが使っている物を欲しがってぐずる——よく起こる出来事です。

子どものネガティブな感情って、親にとっては面倒で、つい早く収めたくなくなってしまふ。わがままなんじゃないかしら？ちゃんとしつけなきゃ！という思いがよぎることも。そんな時、「大したことないでしょ」と相手にしなかったり、「取っちゃだめよ！」と叱ったり…すると余計に荒れてしまう、なんて経験ありませんか？

では、泣く・怒る・ぐずるなどのネガティブな感情の時、子どもの中では一体何が起きているのでしょうか。拾ったどんぐりをママに見せたくて、ウキウキして向かったのに、つまずいて転倒。ウキウキしていたぶん、感情は逆流して一気に不快に。望まない事態の発生でパニックになり困っているのです。

痛かった？ 転んでびっくりした？ どんぐりなくなっちゃった？ その時の感情に寄り添い抱きしめてもらえると、子どもは安心を得ることができます。不快な感情が起こっても、安心し、自分は大丈夫と感じる——この繰り返して、ネガティブな感情にさらされても安全なんだ、と学んでいくのだそうです。

また、「壊れて悔しかったね」「自分も使ってみたくなくなったのね」と、思いを大人が汲み取って伝えることで、子どもは自分の感情を言葉で表現できるようになっていきます。そのうえで、ほかの楽しいことに目が向くよう声をかけたり、解決策を提案するなど、次に向かう後押しがしてあげられたらいいですね。

なかなかうまくいかないことも多いけれど、子どもが泣いて・怒って・ぐずっている時は、「安心サイクル」を作るチャンス！ と思うと、大人の気持ちも少し軽くなるかもしれません。

参考書籍：「ちゃんと泣ける子に育てよう」（大河原美以著、河出書房新社）