

# 親子で楽しむほっこい時間



## 体を使った遊び (パート1)



体を使った簡単な遊びを紹介します。寒くなると室内で過ごすことも多くなります。子どもとふれあい遊びを通して、親子の信頼関係を深めてほしいと思います。



メリーゴーランド  
後ろからしっかりと体を  
ささえ左右に「ユラユ  
ラ」と動かします



ボートこぎ  
後ろから体をしっかりと  
ささえ前後に体をゆらし  
ます  
※お母さんの腹筋も鍛え  
られそうですね



**タオルつなひき**  
タオルを引っ張りあいま  
す  
※危険なのでお母さんは  
急に手を離さないでくだ  
さいね



**かけのぼり①**  
手をしっかりとつなぎ  
ゆっくりと歩かせます



**かけのぼり②**  
手をしっかりとつなぎ無理  
せず登らせます。



次回は「体を使ってあそぼう」

パート2です



子ども未来課子育て  
サポート係  
電話：0133-25-2658