



仙北市 こども家庭センター  
妊娠期から子育て期までの  
切れ目ない支援をします。



【電話相談 / 仙北市こども家庭センター】

《固定電話》 0187-43-3305

《携帯電話》 080-2813-0835

## こどもの遊び

子どもにとっての遊びは、言葉を学び、身体の使い方を覚え、注意力や想像力などを育む大切なものです。こどもの成長に合わせて、おやこでいろいろな遊びをしてみましょう。

### ○からだをつかう遊び○

からだを動かすことで、自分のからだのつくりや周りとの空間との関係を認識していきます。すべすべなでなで…こどもの顔や手などそつとなでながら話しかけてみましょう。寝返りごろごろ…こどもと抱き合って寝転がり左右に揺れてみましょう。一緒に歩こう…こどもの足を大人の足の甲に乗せ、手をつないで一緒に歩きましょう。

### ○手・指をつかうあそび○

手や指先をつかう遊びは脳に刺激を与えて、思考力や記憶力を成長させると言われています。新聞紙ビリビリ…新聞紙をビリビリ破いたり丸めたりしましょう。はがして遊ぼう…床や壁に付箋を貼り、お子さんと一緒にはがしてみましよう。ひも通し…紐に大きめの穴が空いたボタンやビーズを通してみましょう。

※ボタンやビーズ等は誤飲の危険があるため、注意しましょう。



◎仙北市ではあそび場の提供やお子さまとの触れ合い教室などを開催しています！

### 〈おやこ交流広場〉

週に1回、保護者とお子さんが自由に遊べるスペースを開放しています。自由に遊んで友達との交流の場としてご活用ください。

### 〈助産師さんの相談日〉

月に1回、助産師さんをお呼びして、赤ちゃんのお世話や妊娠中の生活などで気になっていることについて相談できます。個別相談も可能です(要予約)。

### 〈おやこで楽しむふれあい講座〉

月に1回、講師をお呼びして音楽に合わせてのふれあい遊びやベビーマッサージを行う教室を開催しています。

会場や日程など詳しくは、  
ホームページまたは母子モからご確認ください

