

子育てママの支援室

in USA

～ガンバ! アメリカでこどもを育てるママたち!～



当コーナーのアドバイザー



(左から順に)

八巻 希 先生 小池 ふみ 先生
《聖マタイルーテル日本語幼稚園》
田所 洋子 先生 《わくわく広場》

冬のちょっとした外遊び

寒い日が続きますね。小さいお子さんがいらっしゃるご家族は、外でお子さんと遊ぶ機会が少なくなっているのではないのでしょうか? シカゴの冬の防寒対策について以前ご紹介しましたが、今回はご家庭でもできるお子さんとちょっと冬を楽しむ活動をご紹介します。

①氷遊び

用意する物：フルーツカップなどのプラスチックのカップと氷の中に入れてたい物
例：お花紙（\$1などで売っているプレゼント用の薄い包装紙）・布・グリッター・木の実・葉・小さい花・絵の具・ビーズ・毛糸などお家にある物
プラスチックのカップの中に、可愛い形に切った紙（薄い物がいいです）やグリッターなどを入れてお水をカップの半分ぐらまで入れて外に1晩置いておくと氷ができます。絵の具などを凍らせると氷絵の具でお絵描きもできます。1～2歳のお子さんとする時は、口に入れても大丈夫な材料（ジュース・果物・シリアルなど）で代用してください。お子さんが大きくなるとできた氷の上にクリップを載せて少し水を垂らし、また凍らせてネックレスもできます。

②影送り

あまんきみこ作「ちいちゃんのかげおくり」というお話をご存知でしょうか? 冬の晴れた日にはとても綺麗に空に影を送ることができます。お子さんと一緒に好きなポーズを決めたら、一緒にじっとその影を見つめて10ゆっくりと数えましょう（ゆきやこんこのお歌を歌ってもいいです）。空を見上げると、自分の形の影が白い雲のように空に写ります。お友だちと一緒に影を空に送ることも楽しいようです。

③簡単凧上げ

スーパーの袋に油性マーカーでお子さんの好きな絵を描いてあげたり、小学生以上のお子さんは自分で描きます。持ち手の部分一つずつに毛糸の右端・左端をそれぞれくくりつけます。毛糸の長さは、お子さんによって調節してあげてください。また小学生はお友だちと一緒に、毛糸の長さやくくる場所など、どうしたらより飛ばかかを考えると遊びが広がります。

防寒対策をしっかりと取りつつ、冬もお外で楽しくお過ごしください。