

お母さんになったら

(健康管理) 10月号

赤ちゃんの手遊びって必要でしょうか？

(1歳児の母から)

楽しい表情やしぐさで赤ちゃんの発達を促すのにはいいと思います。

手遊び、歌遊びは、赤ちゃんが自分以外のひととのやりとりを学んだり、言葉を学ぶのに適した遊びです。お母さんは赤ちゃんにもわかりやすいように表情豊かに手や体を大きく動かして遊んであげてください。

赤ちゃんは、単純なリズムが大好きです。わかりやすく優しくゆっくりと歌ってあげましょう。手遊び歌は、地域や家庭によって歌詞や振りが違いますが、お母さんが一番やりやすい方法でOKです。

赤ちゃんは、お父さん、お母さんとの触れ合いが大好きです。歌詞の中に赤ちゃんの名前を入れ、名前を呼びながら頬やおなかをチョンチョンとつついたり、くすぐったりなどスキンシップを楽しんでください。

赤ちゃんは、音楽が大好き。リズムカルな曲を聞くと体を揺すって喜びます。赤ちゃんに聞かせる歌は必ずしも子守唄や童謡である必要はありません。お母さんが楽しく歌ってあげることが何より大切です。

