



「からだところを動かす外遊び」

名古屋学芸大学 ヒューマンケア学部 子どもケア学科 兼
大学院子どもケア研究科 教授 渡辺 桜

新型コロナウイルス感染症が5類に移行し、子どもに対してこまやかに人との距離を伝えることは少なくなりました。私が保育園・幼稚園・こども園に研修講師としてうかがうと、コロナ禍とは異なる子どもの生活を嬉しく思う場面がたくさん見られるように。例えば、保育室内。朝の会や帰りの会では、コロナ禍はソーシャルディスタンスを保つために、子どもが座る椅子と椅子の距離を保っている園が少なくありませんでした。クラスのお友達と「楽しいね～」と顔を見合わせたり、一緒にリズムを刻むことを楽しんだりすることは0歳児でも実感できますが、ソーシャルディスタンスにより、その一体感や心身の共鳴は難しかったのかもしれない。そして何より給食の時間は、「黙食」でした。美味しいごはんを食べながらク

ラスメイトと話す時間は心も身体も豊かにしてくれるはずですが、アクリル板越しにはそれができなかったのです。しかし、今は朝の会や帰りの会でも、子どもたちが身体や顔をくっつけて楽しそうに会話をしたり、わらべうたを楽しんだりする姿が増えました。給食もコロナ禍以前に戻り、楽しい食事の時間となっています。

一方で、戸外での活動はコロナ禍を経験したことで、子どもへの負担を考慮した活動が増えました。コロナ禍では、密を避けるために運動会を学年ごとに時間で区切っていましたが、子どもたちを長時間待たせない工夫に気づき、そのままそのスタイルを継続している園は多いようです。

遊ぶ場も限定することで、遊びの見通しが立て

子育てに関する相談

相談内容	電話番号	相談可能日	相談時間	窓口（相談相手）
発育・発達など健康の相談	052-689-1600	月～金（祝日除く）	9：00～17：00	健康推進課（保健師等）
妊娠・出産・授乳の相談	052-689-1646	月～金（祝日除く）	9：00～17：00	健康推進課（助産師等）
子育て相談	0562-85-6668	原則火～日	9：00～17：00	子育て総合支援センター（保育士等）
養育・家庭の人間関係などの相談	052-689-1080	月～金（祝日除く）	9：00～17：00	こども課（家庭児童相談員等）

子育てアプリ「おやっこ」

<http://www.mchh.jp>

出産・子育て・予防接種に関する記録ができ、市からのイベント情報の提供や、オンラインを活用した相談等を利用することができます。



子育て応援ウェブサイト「ママフレ」

行政サービスを「届出」「健康」「おかね」「あずける」「相談する」などに分類して、紹介しています。



【編集発行＆問合せ先】 こども課 052(603)2211 又は 0562(33)1111
健康推進課（しあわせ村内） 052(689)1600 子育て総合支援センター 0562(85)6177
北部子育て支援センター（名和保育園内） 052(603)2888
南部子育て支援センター（大堀保育園内） 0562(35)1011

やすくなりました。コロナ禍は私達に制限を課しましたが、これまで気づかなかった「当たり前」を覆すきっかけも与えてくれたのです。戸外という広い空間で時間や場所を意識した遊びが子どもの発達や興味に寄り添った機会を生み出しました。

今回は、戸外での遊びに注目し、子どもにとっても大人にとっても楽しく、子どもの発達を刺激する場を共有します。この視点に基づいて、四季を追って外遊びを見ていきましょう。

《春》散歩・かけっこ・鬼ごっこ

外遊びにぴったりの春。新年度の新たな環境に大人も子どもも期待と緊張が入り混じる時期です。そんなときこそ、戸外でゆったり春の空気を吸いながら散歩をしてみましょう。春の風を感じゆったり周囲を見渡すことで、草花や虫たちが子どもの目線に飛び込んできます。その一つ一つに立ち止まり、じっと観察し、子どものつぶやきや気づきに大人がゆっくり反応・応答できればそれはかけがえのない時間になります。あえて遠出はせず、時間も長なくてよいのです。限られた場所を丁寧に体感する、その感覚が子どもにとっては五感を最大限刺激する貴重なひとときになることでしょう。

そのような穏やかな気候の中で、かけっこや鬼ごっこも楽しいです。土に線を引いてスタートとゴールの場を示したり、目印を置いたりして、子どものからだの大きさや発達に合った距離（場）を設定し、大人や友達と一緒に思い切り走るかけっこは単純ですがこことからだの解放になりますよ。鬼ごっこはルールがあるからこそ楽しいのですが、発達によってはそのルールが難しくもあります。歩行が完了した1歳頃から3歳くらいまでは、お話の世界を楽しみながら、おおかみ役の大人がこやぎ役の子どもを「まてまてまて〜」と追いかける。つかまりそうでつかまらないドキドキが子ども達は大好きです。4歳以降は遊びのルールがわかってくるので、色鬼などが楽しいで

しょう。鬼が指定した色を決められた時間内に探し、タッチできれば鬼に捕まらない色鬼。戸外にはいろいろな色が存在します。「みどり！」といえば、春の草や葉の美しい緑でもよいですし、遊具の緑色でもよいです。聞いて、見て、探してタッチ！大人もワクワクしますね。鬼ごっこも遊ぶ場所の範囲を決めておくとう遊びの見通しが立ちより楽しくなります。



イラスト：照喜名隆充

《夏》水遊び・色水遊び・感触遊び

夏の朝や夕方の日陰（場）を活用して“冷たくて気持ちいい！”“きれい！”を体感しましょう。

タライやビニールプールに水を張り、プリンやゼリーのカップと卵のパックを用意します。卵のパックには好きな色を油性マジックで塗ってみると・・・カップで水をすくって卵のパックに少しずつ入れ、陽にかざしてみるとカラフルでキラキラときれいな水の色を楽しめますよ。

また、夏にはきれいな色が出る花がたくさんあります。朝顔（青・紫）、ホウセンカ（ピンク、赤、紫）、マリーゴールド（オレンジ、黄色）など。少し元気がなくなった花を探し、色水遊びをしても楽しいです。その色水を使ってジュース屋さんができますね。暑い日に私が園に訪問した際、マリーゴールドで色水を作っている4歳児さんがいました。固形石鹸をすりおろし、少しずつ水を足して泡立て、泡を作り・・・薄いオレンジ色の色水の上に泡を乗せ「ビールだよ。暑いから飲みたいでしょ」と出してくれました。4歳児の発想のおもしろさに驚き、感動しました。そして感触遊びは片栗粉と食紅と水で楽しむことができます。

子どもが好きな色を選び、片栗粉に混ぜ、少しずつ水を足して混ぜていくと・・・片栗粉特有のネットリトロトロの感触が心地よいですよ。戸外なのでプールパンツなどを着て手や足で感触遊びができます。水遊びや感触遊びをしていると暑さも忘れて遊びに没頭してしまうことがありますが、水分補給も大切です。時間を決めて休憩を・・・



イラスト：照喜名隆充

《秋》宝探し探検・自然物を使ったおままごと

秋は様々な自然物が豊富です。どんぐり、まつぼっくり、スズカケノキの実、榎の実、すすき、枝、様々な形・色の葉っぱ・・・自然物を集めるところから楽しいですよ。どこに何がどんなふうにあるのか、暑さが落ち着いた秋だからこそゆったりと自然物を探ること自体が宝探し探検です。

その宝探しで見つけた自然物を活用して、ケーキを作るとしたら・・・

砂でスポンジを作り、その上に自然物を果物やチョコレート、ロウソクに見立てて飾れば誕生日のホールケーキの出来上がり！《夏》に作った固形石鹸の泡の水を少なめにするとホイップクリームになるので、それも活用できそうですね。



イラスト：照喜名隆充

《冬》霜・氷探し探検・鬼ごっこ

冬らしさを実感するといえば、霜や氷。ぐっと冷えた朝、子どもと一緒に氷探し探検をしてみましょう。触るとシャクシャクとした感触のある霜、霜ができるときとできないときの違い、氷が張るときと張らないとき、張ったとしてもその厚さの違いなど、見て触って考える機会となるかもしれませんね。また、寒い時期だからこそ、思い切り誰かと一緒に走ったりワクワクを共有したりしてからだを動かすところもめいっぱい動きそうです。春に楽しんだかけっこや鬼ごっこを楽しんでこちらもからだもポカポカに！

四季を通して、身近な自然や廃材を活用してみると「からだところ」がワクワクと動くチャンスがたくさんありそうです。まずは大人がアンテナを高くし、いつも通るところや見慣れた景色を立ち止まって注視してみると新たな発見があるかもしれませんね。

《執筆者紹介》

渡辺 桜（わたなべ さくら）

博士（教育学）

名古屋学芸大学ヒューマンケア学部

子どもケア学科 兼

大学院子どもケア研究科 教授

公立保育園での勤務を経て、名古屋学芸大学で保育者養成に携わり19年。

“子どもも保育者も楽しくなる保育”を目指して、保育や子育て支援の現場にかかわっている。

【専門】保育実践学、教育学、
乳幼児保育、子ども学

～11 月から受付を開始します！～

令和7年度（2025年度）放課後児童クラブ

受 付 期 間	利 用 可 能 日	登録完了 通知発送日
11月1日（金） ～11月30日（土）	4月1日（火）～	2月下旬

※追加募集期間①…11月14日（火）～31日（金）／利用可能日は4月8日（火）～／通知発送は3月下旬

追加募集期間②…3月1日（土）～15日（土）／利用可能日は4月14日（月）～／通知発送は4月上旬

※年度途中（4月1日以降）も受付はしていますが、審査のため利用可能日まで一定の期間を要します

令和7年度（2025年度）受付について

インターネットの申し込みフォームで受付します。

市ホームページに掲載してある利用の手引き等を確認のうえ、

必要な証明書類等を準備し、申し込みフォーム

から入力してください。



市ホームページ ↑ ↑ 申し込みフォーム

（手引き掲載は10月17日（木））（公開は11月1日（金））

児童クラブについて

保護者が就労等により、放課後に留守家庭となる小学校1年生から6年生までの児童を放課後児童クラブでお預かりしています。

① 利用料

（全登録児童を対象に別途保険料 800 円/年をいただきます。）

1～3年生：無料 4～6年生：3,000 円/月 ※減免措置有り

② 開設時間

通常期：月曜日～金曜日（祝日は除く）の午後2時から7時まで

長期休業期間：月曜日～土曜日（祝日は除く）の午前8時から午後7時まで

（早朝利用許可の場合は午前7時30分から午後7時まで）

※利用児童が全員帰宅次第、時間前に閉所する場合があります。

③ 問い合わせ先

児童クラブに関する問い合わせは、学校ではなく下記へお願いします。

クラブ名	電話・FAX	クラブ名	電話・FAX
緑陽	052-604-2117	船島	052-604-1251
名和	052-604-1202	大田	0562-32-0200
渡内	052-603-3433	横須賀	0562-33-8915
平洲	052-604-8916	加木屋	0562-32-0303
明倫	052-604-1206	三ツ池	0562-34-5620
富木島	052-603-3515	加木屋南	0562-35-4915
東海市役所 社会教育課 052-603-2211 ・ 0562-33-1111			



10～11月の 行事予定

詳しくは、ホームページ又は
広報等でご確認ください。



行事名	内容	日付	時間	場所 (問合せ先)
0 歳 児 ～				
ベビーサロン	◎6か月頃までの子どもと保護者 体重測定、母乳相談、育児相談	10月…毎週水曜日 11月…毎週水曜日	13:30～15:00	しあわせ村 保健福祉センター
		10月11日、25日(金) 11月8日、22日(金)	10:00～11:00	富木島児童館 (052-601-1500)
		10月8日、22日(火) 11月12日、26日(火)		加木屋市民館 (0562-32-7880)
ベビパパさろん	◎6か月頃までの子どもと父親 体重測定、授乳相談、育児相談	10月9日、30日(水) 11月13日、27日(水)	13:30～15:00	しあわせ村 保健福祉センター
要予約 ねんね広場	◎3か月～7か月の子どもと保護者 親子ふれあい遊び、参加者同士での交流	10月2日(水) 11月6日(水)	10:00～11:00	子育て総合 支援センター
要予約 ねんね・よちよち育児 講座「ベビードダンス でHAPPYタイム！」	◎生後3か月～11か月のお子さんと保護者 講師を招き、赤ちゃんとベビードダンスを楽しむ <u>定員30組(先着順)</u>	10月23日(水) ※申込受付 <u>9/20(金)～9/25(水)</u>	10:00～11:00	市民活動センター (子育て総合 支援センター)
要予約(来所のみ) 前期離乳食講習会	◎4か月～5か月の子どもと保護者 離乳食の進め方の講話、 デモンストレーション等 <u>定員 各日40組(先着順)</u>	10月2日(水) 6年5月生まれ	10:00～11:30 当日受付時間 <u>9:45～10:00</u>	しあわせ村 保健福祉センター
		11月6日(水) 6年6月生まれ	<u>オンライン</u> <u>14:00～15:30</u> (予約不要)	
要予約 ひよこサロン	◎4か月～7か月の子どもと保護者 体重測定や親子ふれあい遊び、 保護者同士での交流	10月1日(火) 11月5日(火)	13:15～14:15	北部子育て 支援センター
		10月15日(火) 11月19日(火)		南部子育て 支援センター
	◎8か月～11か月の子どもと保護者 体重測定や親子ふれあい遊び、 保護者同士での交流	10月16日(水) 11月19日(火)		北部子育て 支援センター
		10月1日(火) 11月5日(火)		南部子育て 支援センター
要予約 ねんね・よちよち パパ広場	◎4か月～11か月の子どもと保護者 講師によるふれあい遊び <u>定員30組(先着順)</u>	11月9日(土) ※申込受付 <u>10/11(金)～10/16(水)</u>	10:00～11:30	市民活動センター (子育て総合 支援センター)
要予約 ベビーマッサージと ママストレッチ	◎4か月～1歳の子どもの保護者 ベビーマッサージとママのストレッチ <u>定員 各日10組(先着順)</u>	10月25日(金) 11月22日(金)	13:30～14:30	平島公民館 (052-604-0448)
要予約 あかちゃん相談	◎5か月～1歳頃の子どもの保護者 体重測定、育児相談、栄養相談 <u>定員 各日5組(先着順)</u>	10月2日、16日(水) 11月6日、20日(水)	当日受付時間 <u>13:10～14:30</u>	しあわせ村 保健福祉センター
要予約 よちよち広場	◎8か月～11か月の子どもと保護者 親子ふれあい遊び、参加者同士での交流	10月9日(水) 11月20日(水)	10:00～11:00	子育て総合 支援センター
要予約 後期離乳食講習会	◎10か月の子どもと保護者 後期離乳食の進め方、取り分け離乳食の 講話等 <u>定員 各日40組(先着順)</u>	10月25日(金) 5年12月生まれ	10:00～11:50 当日受付時間 <u>9:45～10:00</u>	しあわせ村 保健福祉センター
		11月22日(金) 6年1月生まれ		
1 歳 児 ～				
要予約 にこにこ広場	◎1歳の子どもの保護者 親子ふれあい遊び、参加者同士での交流	10月17日(木) 11月13日(水)	10:00～11:00	市民活動センター (子育て総合 支援センター)
		10月9日(水) 11月12日(火)		北部子育て 支援センター
		10月22日(火) 11月26日(火)		南部子育て 支援センター
要予約 親子でリズム	◎1～4歳の子どもの保護者 リズム運動をとおして親子のスキンシップを はかる ※乳児の託児なし ※10月は保健師による身体測定あり	10月10日(木) 11月14日(木)	9:40～11:00 10:00～11:00	加木屋市民館 (0562-32-7880)

支援センター事業はこちら



子育てオンライン相談、
あかちゃん相談はこちら



ベビサロン、
離乳食講習会はこちら



行事名	内容	日付	時間	場所 (問合せ先)
1 歳 児 ～				
要予約 親子スキンシップ教室	◎1～4歳の子どもと保護者 親子でふれあいながら友達の輪を広げる	10月4日(金) 11月1日(金)	10:00～11:00	上名和公民館 (052-601-3610)
	◎歩くようになった子どもと保護者 親子のふれあいとママ友作りの場として 楽しく交流する(ボールや風呂敷遊び)	10月7日、21日(月) 11月18日(月)		三ツ池市民館 (0562-34-3295)
2 歳 児 ～				
要予約 のびのび広場	◎2～3歳の子どもと保護者 親子ふれあい遊び、参加者同士での交流	11月26日(火)	10:00～11:00	市民活動センター 〔子育て総合支援センター〕
		10月23日(水) 11月21日(木)		北部子育て 支援センター
		10月8日(火) 11月12日(火)		南部子育て 支援センター
そ の 他				
おもちゃ図書館	遊びの場の提供、おもちゃの貸し出し	毎週木曜日 毎月第2・第4土曜日	10:00～12:00	しあわせ村 保健福祉センター 〔社会福祉協議会〕 052-689-1605
産婦歯科健診	出産後1年までのお母さんの歯科健診	10月2日、16日(水) 11月6日、20日(水)	当日受付時間 13:15～14:30	しあわせ村 保健福祉センター
要予約 HAPPY 広場で あそぼう	◎未就園児と保護者 ゲームや歌で遊びながら、親子で英語に ふれる 定員10組(先着順)	10月8日(火) 11月はお休み ※申込受付開催月1日～	10:00～11:00	大田市民館 (0562-32-6881)
要予約 (電話又は窓口) おしゃべりポケット (育児相談)	◎0～3歳の子どもと保護者 テーマに沿ったおしゃべり会や育児相談 10月のテーマ「子どものお話」聞いています か？ 定員 6組(先着順)	10月10日(木)	10:00～11:00	子育て総合 支援センター
要予約 子育てオンライン 相談	妊産婦とそのパートナー、就学前までの子ども と保護者	栄養相談・歯科相談 10月11日(金) 11月8日(金)	(1回30分) 9:00～15:15	しあわせ村 保健福祉センター
		助産師・保健師相談 10月4日、18日(金) 11月1日、15日(金)	(1回45分) 13:00～16:00	
要予約 びよんぴよん広場	◎未就園児と保護者 リズム遊びをとおして、親子のスキンシップ をはかる ※11月は保健師による身体測定・育児相談 あり	10月15日(火) 11月19日(火)	10:00～11:30	横須賀公民館 (0562-32-7808)
さんさん広場	◎多胎児の親子 親子ふれあい遊び、参加者同士での交流	10月16日(水) 11月14日(木)	10:00～11:00	市民活動センター 〔子育て総合 支援センター〕
子育て井戸端 サロン	◎はいはい期～未就園児の子どもと保護者 リズム体操で親子の交流と仲間づくりの輪を広 げます ※保健師による身体測定あり(11月) ※途中入退室可！少しの時間でもOK！	10月24日(木) 11月28日(木)	10:00～11:30	船島市民館 (052-603-1492)
要予約 ファミリーサポート 会員登録講習会	◎子育ての手助けをしたい方(提供会員、両方会員) 子育ての手助けをしたい方の登録や講習	10月29日(火) 30日(水)	9:00～12:00	市民活動センター 〔子育て総合 支援センター〕
	◎0歳～小学6年生の子どもを養育する親 子育ての手助けをしてほしい方の登録と説明会	11月27日(水)	9:00～11:00	
休日歯科健診相談	歯科相談、健診、歯垢の染め出し(任意)、歯み がき指導	11月10日(日)	当日受付時間 9:30～11:00	しあわせ村 保健福祉センター
要予約 絵本読み聞かせ講座	◎未就学のお子さんと保護者 講師を招いて、絵本の読み聞かせ 定員30組(先着順)	11月19日(火) ※申込受付 10/17(木)～10/22(火)	10:00～11:00	市民活動センター 〔子育て総合 支援センター〕
東海市制55周年事業 親子で楽しむ フェスティバル	◎未就学のお子さんと家族 親子で楽しめる子育て応援イベント 絵本読み聞かせ、人形劇、歌のコンサート等	11月30日(土)	10:00～15:00	市民交流プラザ 〔子育て総合 支援センター〕

* 紙面の都合により、各児童館で開催する事業は掲載していません。

* 公民館・市民館事業は各問い合わせ先へ