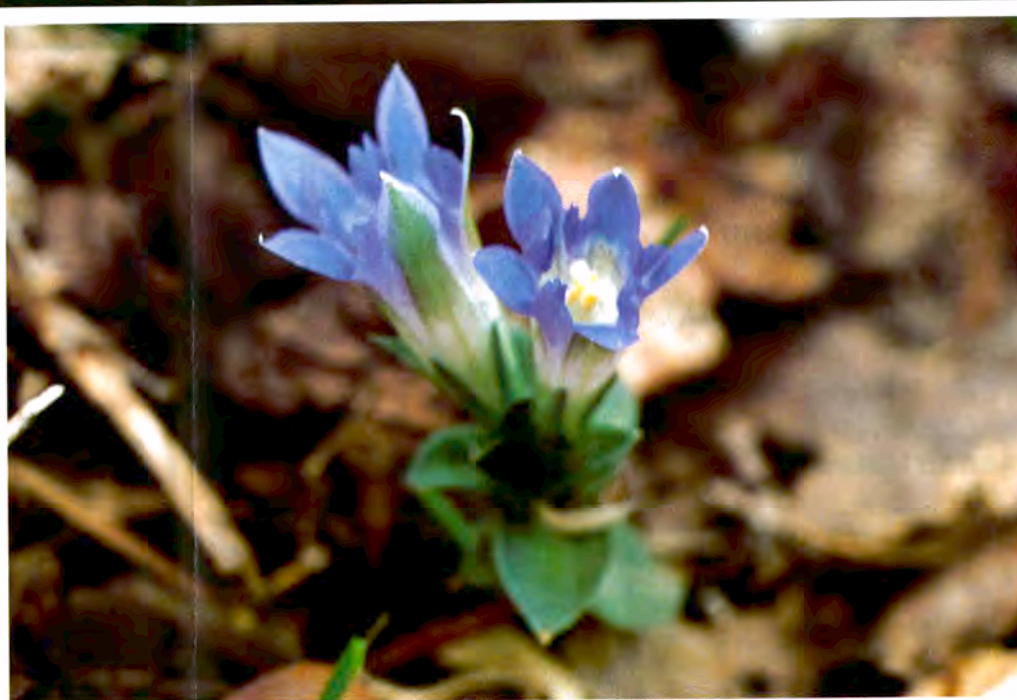


# こどもの城 ニュース

1999・5・15 No. 94 発行／〔こどもの城〕広報部 ☎03-3797-5666  
〒150-0001 東京都渋谷区神宮前5-53-1

## 「やみくも」



わたしを見たことがある人はいますか？ とくに珍しい花ではないけれど、地面から5cm以内のところまで咲くので、よほど注意していないと見つけられないはず。おかげで折られたり根ごと抜かれたりはしないの。わたしは微妙な環境に育つので、教室の窓辺や学校の花壇では生きられないんだ。刈り込まれた林の入り口を注意してみてください。わたしの名前はフデリンドウ。  
(こどもの国=横浜)

## 子どもの成長に合わせて スポーツ遊びで健康づくり



一人で遊ぶもの、大勢で遊ぶもの、室内で遊ぶもの、屋外で遊ぶものなどいろいろな“あそび”があります。例えば、鬼ごっこのように体を動かす遊び——逃げたり、追いかけたり、走り回ったり——“スポーツ（運動）”に似たところがいっぱいあります。そこで、“あそび”のスポーツ（運動）的なところと“スポーツ（運動）”の遊び的なところをドッキングさせて、だれもが楽しめる“スポーツ遊び”のプログラムを〔こどもの城〕では行っています。

このほど刊行された「イラストで見る スポーツ遊びで健康づくり～子どもの成長に合わせて」（こどもの城体育事業部編著／中央法規出版発行）から、手軽にできる“スポーツ遊び”をいくつか紹介します。

### 学童期の運動～スポーツ遊びで体力づくり

ふだんの生活の中で基礎体力を身につけていきます。体力がついていくと、運動の質や量も変わっていきます。ただ体を動かして遊んでいるだけではもの足らなくなり、ルールや技術、勝敗にもこだわらようになってきます。“遊び”から“スポーツ”へと興味が広がっていくのです。

「身近な道具でスポーツ遊び」「なわとボールの体操50」「スポーツ遊びで体力づくり」で気軽にできるスポーツ遊びの数々を紹介しています。

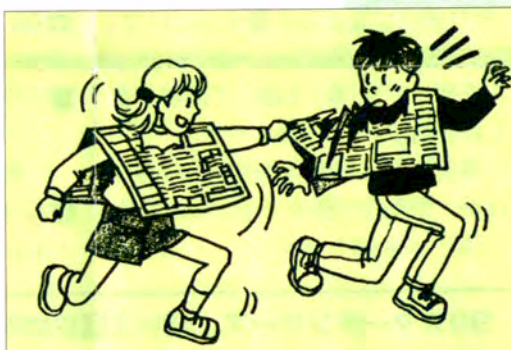
### 身近な道具でスポーツ遊び

ちゃんとした運動具がなくても、身の回りにある、新聞紙、タオル、手ぬぐい、段ボール箱などが工夫次第でスポーツ遊びの道具になります。

新聞紙を使った「新聞紙鬼ごっこ」は、穴をあけてかぶった新聞紙を破られたらアウト。



段ボールを使った「ボックスシューズ」（上）。手ぬぐいを丸めて「キャッチボール」（左）。さらに多くの手ぬぐいを使って、大きなボールにすれば、サッカーやドッジボールも楽しめます。



### 乳・幼児期の運動（子育ての中で）～運動との出会い

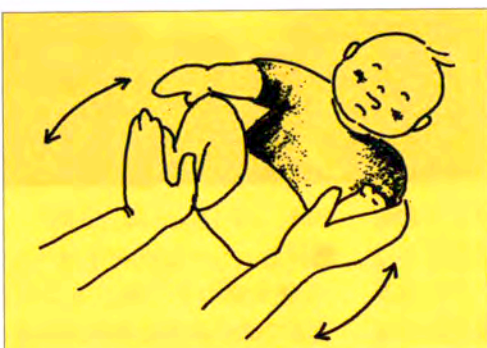
子育てをする中で、子どもの成長に合わせて運動を行うことは大切です。おすわり、はいはい、そして立ち上がって歩き出すというように、子どもの動きは“点”から“平面”“立体”へと広がっていきます。

2～3歳になると、動きに個性が加わるようになり、4～6歳になると基礎となる乳・幼児期の動きから飛び出して、学童期への準備段階を迎えます。

### 自然な成長とともに（0～1歳）

親の手の温もりを伝える「マッサージ」や、未完成な体をゆっくり動かしてあげる「触れ合い体操」で、赤ちゃんに適度な刺激を与える運動プログラムが中心。

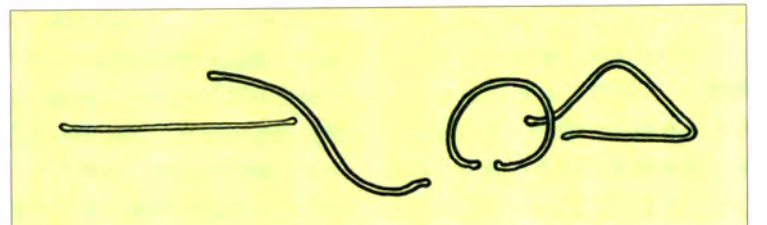
オムツを変えるときなどに、足をバタバタさせたりする動きに、軽く“はすみ”をつけてあげるのが「触れ合い体操」の第一歩。



「触れ合い体操」の1例＝足の裏を交互にギュッと押す。母親の力の入れ方は、赤ちゃんの足の力を手のひらで感じるくらいに、ゆっくりと押ししてみよう

### なわとボールの体操50

なわを使った遊びは「なわ跳び」だけではありません。なわは、投げたり、引き合ったり、結んだりすることもできます。ボールは、“はすむ”という特徴を持っています。そのうえ、大きさ、材質、形など、たくさんのバリエーションもあります。なわやボールを使ったスポーツ遊びも工夫次第でいろいろなものが考えられます。



なわを床面において、ラインの代わりにします。直線や曲線をじょうずに利用。いろいろな図形にして利用することもできます。



片足になわを巻き付け、片足立ちの状態、手を使わずになわをほどきます。

### スポーツ遊びで体力づくり

体が疲れること、苦痛をともなうことを嫌う傾向があります。子どもの基礎体力をつちかうためには、こうした負担のかかるものを選んでとおすることはできません。そこで、スポーツに、より多くの遊びの要素を取り入れたプログラムを行っています。

「バランスを養う～ステップ遊び」「巧みな動きを作る～道具を使った遊び」「素早く動けるよう

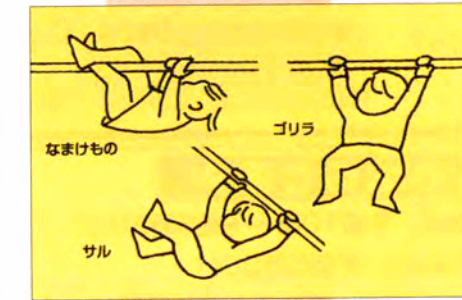
に～かけっこ遊び」「体を柔らかくする～体操遊び」「力をつける～力くらべ遊び」「空間を楽しむ～軽わざ遊び」など、“遊び”と“スポーツ”がバランスよくドッキングしたプログラムがいっぱい。



### 運動から芽生える個性（2～3歳）

歩くこともうまくなり、走る・跳ぶなどの運動もするようになり、運動の中にも一人ひとり違った個性がみられるようになります。

歩く、走る、跳ぶ、はうなどの基本的な動きは、“模倣”することで、より効果的な運動にすることができます。「まねっこ体験」「手作り玩具で運動会」、近くの公園などへ出かけて「手軽に楽しめる親子遊び」——子どもの興味も、行動範囲も広がってくるので、いろいろな場所やものを利用して変化に富んだ遊びが展開できます。



公園の鉄棒で「動物のものまね」。

### 身体を使って自己表現（4～6歳）

行動力が一段と活発になります。バウンドに合わせて体を動かしてボールを捕球したり、遠くに投げるときには足の踏み込みや腕の振りを大きくしたり、目的に合わせて体の動きを使い分けるようになります。鬼ごっこでも、追いかける人、追われる人の関係なども理解できるようになり、ゲーム性を持った遊びの中で自分を表現する手段を作り出していきます。

「リズムに乗って1・2・3」、マットや平均台などを使った「用具を使って」、鬼ごっこなどの「楽しい運動遊び」など、スポーツ遊びも変化に富んだものになります。

「しっぽ取り鬼ごっこ」では、しっぽ1本のときと2本のときでは、運動量は大きく違ってきます。



### 「イラストで見る スポーツ遊びで健康づくり～子どもの成長に合わせて」



主な内容は、「乳・幼児期の運動（子育ての中で）」と「学童期のスポーツ遊び」の2つ。乳・幼児期の運動は、子どもだけで行うことが難しいので、実際には親と子どもの二人三脚のスポーツ遊びです。子どもの運動発達に歩調を合わせて行えば、産後の体力回復にも、親子のスキンシップを深めることにもなります。

学童期は、遊びの中からルールが生まれ、より高度な楽しみ方ができるように技術などに興味を持つようになり、遊びからスポーツへと広がっていきます。「身近な道具でスポーツ遊び」「なわとボール体操」「スポーツ遊びで体力づくり」の3つを柱にさまざまなスポーツ遊びを紹介しています。

“遊び”＋“スポーツ（運動）”＝“スポーツ遊び”——という考え方は、遊び感覚でスポーツ（運動）に親しみ、体力や運動能力などを高めることをめざしたものです。この考え方は、〔こどもの城〕の体育部門で行われているさまざまな活動に活かされています。

発行＝中央法規出版株式会社（☎03-3379-3861）／本体価格＝1,800円（税別）／全国の書店で取り扱っています。書店で手に入りにくい場合は、直接発行元へお申し込みください。送料は1冊340円。〔こどもの城〕売店でも販売しています。



# 自然のなかに飛び出そう!

## 夏の“キャンプ”プログラム参加者を募集

みどりの森、広い空、澄んだ空気、虫や動物のいる大自然—楽しい仲間と過ごすキャンプ生活。[こどもの城]では、夏休み期間中に、個性豊かな5つのキャンプを開催します。

山登り、川遊び、野外炊事、スポーツやハンドクラフトなど、参加者の年齢に合わせたプログラム内容です。夏の大自然の中で、仲間といっしょにかけがえのない体験をしてみませんか。

**■ちびっこ冒険団 '99**  
7月24日～27日/小1～3(70人) / 福島県西白河郡・那須甲子少年自然の家(宿泊・給食) / 38,000円  
※5月27日12時から受け付け

**■ジュニア・アウトドア・スクール**  
8月3日～9日/小4～中3(70人) / 宮城県白石市・南蔵王青少年野営

場(テント泊・自炊) / 55,000円  
※6月9日12時から受け付け

**■スポーツ・キャンプ**  
8月5日～8日/小3～中3(30人) / 新潟県中魚沼郡・グリーンピア津南(宿泊・給食) / 48,000円(小学生)、52,000円(中学生)  
※6月2日12時から受け付け

**■フェロシップキャンプ**  
8月6日～10日/小4～6(40人) / 福島県西白河郡・那須甲子少年自然の家(宿泊・給食) / 45,000円  
※6月10日12時から受け付け

**■チャレンジキャンプ**  
8月25日～28日/小1～3



昨年の「ジュニア・アウトドア・スクール」

(45人) / 山梨県南都留郡・東京YMCA山中湖センター(宿泊・給食) / 46,000円  
※6月3日12時から受け付け

いずれのキャンプも受付開始日から電話で先着順に受け付けします。詳細のお問い合わせと申し込みは企画研修部【☎03-3797-5665】へ。

# こどもの城となかまたち

「栃木県子ども総合科学館」は、昭和63年3月にオープンした、主に子どものための科学館です。遊びながら自然科学の知識が身につくよう工夫された施設です。

展示コーナーは、宇宙やエネルギー、電気、音や熱というようにいくつかのジャンルに分かれています。展示は、単に文章のパネルや写真で説明するだけでなく、子どもたちが実際に触ったり、動かしたりといった体験をとおして理解しやすいように工夫が凝らされています。

プラネタリウムや天文台も子どもたちの人気を集めています。ショーアップされた科学実験を

## 栃木県子ども総合科学館

### 遊びながら自然科学に親しむ

#### 県内の児童センターとしての役割も

おして、ものごとのしくみが楽しく理解できる「サイエンスショー」が特徴的なプログラムです。

ほかには館内にボールのプールがあったり、敷地内には「水の広場」「乗り物広場」「遊びの広場・冒険広場」といった遊びのスペースも十分ある、科学館と児童館を併せもった施設です。幼児や小学生でもあきることなく、一日学んだり、遊んだりできます。

また、「栃木県子ども総合科学館」は児童厚生員の研修会を開催して栃

木県内の児童館のセンターとしての役割も担っています。

アクセスはJRおよび東武宇都宮駅からバスで。敷地内にある高さ50mの大きなH-IIロケットが目玉のひとつで、すぐそれとわかります。

お問い合わせは「栃木県子ども総合科学館」【☎028-659-5555】へ。



子どもたちに人気の「サイエンスショー」



## わいわいスタジオ 草笛コンサート

### 草や葉を使って演奏に挑戦しよう

「わいわいスタジオ」は、日曜日・祝日にAV(オーディオ・ビジュアル)プログラムと交互に行われている音楽プログラム。さまざまなジャンルの「音楽」を取り上げて、家族で楽しめるミニコンサートやワークショップを行っています。会場は、4階の

## 造形スタジオの竹プログラムから 竹玩具キット4種を販売中

造形スタジオは、いつでも、だれでも気軽に造形活動ができる人気の遊び場の一つ。

子どもたちがいろいろな素材に触れることができる場にしようと紙や木、金属、土などいろいろな素材を使ったプログラムを行っています。昨年10月からは、竹を素材



玩具キットの内容

にしたプログラムを実施、たくさんの子もたちが竹の造形活動を楽しんでいます。

今回、家に帰っても竹の造形を楽しめるように、4種類を選んで「オリジナル竹玩具キット」を作りました。これらの玩具は、作るだけでなく、それで遊ぶこともできます。

キットは「竹カスター」「おきあがり竹」「ニョッキリ竹」「竹ジャンパー」の4種類。竹や紙などの材料のほか、作り方を図解した説明書が入っているので、はさみやのり、セロテープなどを準備するだけで



こんなふうに見えるかな(左上から)ニョッキリ竹、竹カスター、おきあがり竹、竹ジャンパー。

竹の玩具作りに挑戦できます。一袋に2つ分の材料が入っています。親子や友だちと一緒に作ることもできます。ちょっと工夫すれば、自分だけのオリジナル玩具を作ることもできます。

【こどもの城】の開館時間中、造形スタジオ奥の「たけや」で販売しています。

お問い合わせは、造形スタジオ【☎03-3797-5662】へ。

## ジャズピアノで身も心もリラックス

### 「マタニティ・コンサート」に150組のプレママ・パパ

「第14回こどもの城マタニティ・コンサート」が4月11日青山円形劇場で開催されました。妊婦さんに落ち着いた雰囲気なかでゆっくりと音楽を聴いて心身ともにリラックスしてもらいたいという願いで開催されているもので、今年で14回目になります。

第1部は、ジャズやロックなど幅広い音楽のジャンルで活躍しているピアニスト佐山雅弘氏のジャズピアノコンサート。ピアノソロのほか、大きなスクリーンに映しだされた絵本に合わせた朗読と即興でジャズピアノを演奏する「ジャズ絵本」の2つのコーナー(写真上)。

第2部では、助産婦が「マタニティ呼吸法」の指導を行ったのち、産婦人科医と小児科医が妊娠中の過



ごし方や子育てについての「メディカルトーク」(写真下)。そして1部に引き続いて佐山氏のピアノコンサートが行われました。

会場に集まったプレママ、プレパパたちは、静かなピアノの調べになごやかな雰囲気なかで、身も心もリラックスしたひとときを過ごしていました。

Bスタジオ。6月6日の「わいわいスタジオ」では、身近にある草や木の葉、花びらを使って音(階)を出して演奏を楽しむ「草笛コンサート」です。

草笛演奏家の中島進四氏の演奏のほか、中島氏の指導で子どもたちも「草笛」に挑戦します。

らを使って音(階)を出して演奏を楽しむ「草笛コンサート」です。草笛演奏家の中島進四氏の演奏のほか、中島氏の指導で子どもたちも「草笛」に挑戦します。

■日時 6月6日  
①1時30分  
②3時30分  
■場所 こどもの城4階Bスタジオ

## 虫の世界をのぞいてみよう!

6月12日～8月31日/ビデオライブラリー

## 特集 昆虫の世界

ビデオライブラリーは、1万6千タイトルのビデオがある「ビデオの図書館」。人気のアニメーションや特撮ものもありますが、そのほかにも乗り物や世界の国々を紹介するものなど、さまざまなジャンルのビデオ作品があります。

例えば「虫」を取り上げたビデオ—虫の王様カブトムシ、セミ、クモ、トンボ、ホタル、アリ、チョウ、カマキリ、カタツムリ、テントウ虫、ミズなど—が、70タイトル以上あります。アニメーションや特撮ものの陰に隠れて、あまり見られていないようですが、虫の生態などを記録した珍しいビデオもいっぱいあります。

多くの人に、この昆虫のビデオを見て、昆虫の世界を楽しんでもらいたいと6月12日から「昆虫の世界特集」を行います。いろいろな昆虫ビデオの紹介のほか、昆虫クイズや身近にいる昆虫の写真パネルの展示も行います。

7月17日からは、飼育ボックスのある観察コーナーも登場。クワガタやアリの生態を観察することができます。また、虫の目になって周囲を見たり、虫になった気分を林を通り抜ける体験のできるコーナーなども予定しています。

■会期=6月12日～8月31日(休館日はお休み) 開館時間中  
■場所=4階ビデオライブラリー

## '99スターダンサーズ・バレエ団夏休み公演 ピーター・ライト版「コッペリア」

8月14日～18日/青山劇場

「コッペリア」は1870年にパリで初演された、ロマンチック・バレエの最後期の作品の一つです。音楽のレオ・ドリーブは、3大バレエで有名なチャイコフスキーに大きな影響を与えました。原作は「くるみ割り人形」の作者でもある幻想作家、E. T. A. ホフマンの「砂男」。魔法の研究に没頭するコッペリウスと彼の作った人形コッペリアを取り巻く、ちょっとほろ苦いおとぎ話。

「コッペリア」は、1995年にイギリスのバーミンガムで初演されました。原作の風味を損なうことなく、現代を生きる私たちにも説得力ある人間ドラマを繰り広げる「コッペリア」の決定版です。大人も子どももバレエの楽しさを存分に味わうことのできる作品です。

■公演日程と時間 8月14日～18日(14日は6時、15・16・18日は2時、17日は2時と6時)  
■料金 S=9,000円、A=6,000円(4歳未満のお子様、および6時の公演では未就学児童の入場はご遠慮ください。有料の託児サービスのご用意もあります。)  
■お問い合わせ、チケットは青山劇場予約センター【☎03-3797-1400】へ。



年会費2,000円です。お申し込み・お問い合わせは、こどもの城友の会事務局【☎03-3797-5666】へ。

保育所や児童館などの現場で役立つように、【こどもの城】の活動をまとめた事例集。プログラムの企画から実施まで、実践的なノウハウがいっぱい。

**【こどもの城】一緒に遊ぼう 楽しく子育て～一人ひとりが輝くために**  
1・2、3～5歳の幼児から、母子、父子、家族を対象としたプログラムまで、保育者の視点、実施上の注意点、応用・発展へのヒントなど実際の「子育て支援」プログラムのノウハウがまとめられています。  
こどもの城保育研究開発部編著

**【こどもの城】うつろうでく「映像遊び」探検隊～アニメおもちゃからビデオまで**  
映画が発明される以前に考案された「視覚玩具」(眼の錯覚・残像などを利用した玩具)を応用した遊びから、ビデオを使った遊びまで、特別な道具を使わずに楽しめるさまざまな「映像遊び」を紹介。巻末には主要プログラムの型紙がついています。  
こどもの城AV事業部編著

**【こどもの城】の活動をともに「スポーツ遊び」「造形遊び」「音楽遊び」などのテーマで続刊予定。**  
各巻とも、A4変形判130ページ 2色刷り、本体価格は、1,800円(税別)。全国の書店で取り扱っています。書店で手に入りくい場合は、直接発行元へお申し込みください。送料は1冊340円です。【こどもの城】1階売店でも販売しています。  
発行=中央法規出版株式会社  
〒151-0053 東京都渋谷区代々木2-27-4 ☎03-3379-3861代

## こどもの城友の会 会員募集中! アウトドアプログラムを7月と10月に

「こどもの城友の会」は、【こどもの城】の活動に共感し、サポートする組織。【こどもの城】への理解を深めてもらおうと、さまざまな情報提供のほか、家族で【こどもの城】ならではの体験ができるようにさまざまなプログラムを行っています。

「こどもの城ニュース」や各種催し・講座案内の送付、入館招待券のプレゼント、青山劇場・青山円形劇場の公演優待、売店の割引サービスなど特典もたくさんあります。

7月と10月には、会員を対象とした家族で参加するアウトドアプログラムを予定しています。7月下旬には、キャンプ経験の少ないご家族や小さい子も安心して参加できる「ファミリーキャンプ」(1泊2日・栃木県)。さらに、10月にもアウトドアプログラムを実施する予定です。

【こどもの城】の活動を支える「こどもの城友の会」への入会は家族単位。さまざまな特典もあります。ぜひご入会ください。入会金2,000円、



**青山劇場**  
●「美空ひばり物語」  
マ5月20～30日マS席=12,600円、A席=9,000円マ出演=浅茅陽子、林与一、

中村メイコ、南田洋子ほか  
●五木ひろしリサイタル  
マ6月2～4日マS席=10,000円、A席=7,000円  
●リトル・ナイト・ミュージック  
マ6月10～27日マS席=12,000円、A席=8,500円、B席=4,000円マ出演=麻実れい、細川俊之、安寿ミラ、寺島恵ほか  
**青山円形劇場**  
●月影十番勝負～第五番「僕の良い人だから」  
マ5月14～23日マ4,200円(当日=4,500円)マ出演=高田聖子ほか  
●PERCUSSIVE MOVEMENT vol.4  
マ5月24日マ3,000円(当日=3,500円)マ出演=柳都夫ほか  
●演劇企画集団66企画 No. 41「どういぬすいさか～狸のほり伝説～」  
マ5月26～30日マ3,500円(当日=4,000円)マ作=別役実、演出=古林逸朗、出演=常田富士男、灰地順ほか  
●タンゴ・デ・カラタン  
マ6月2～4日マ5,000円マ出演=前田清実、夏貴陽子、中村しんじ、上田達、小

**こどもの城のご案内**  
開館時間 土曜・日曜・祝日 午前10時～午後5時30分  
平日 午後0時30分～午後5時30分  
休館日 原則として月曜日(祝日と重なるときは翌日が休館)  
※5月17、24、31日、6月7、14、21、28日が休館日です。  
入館料 子ども(3歳～17歳)400円/おとな500円  
※20人以上の団体は2割引。事前にご連絡ください。  
☎03-3797-5666 FAX 03-3797-5676  
http://www.kodomonono-shiro.or.jp/

**育児相談の実際を学ぶ 6月19日に育児相談概論研修会**  
保育所や児童館が行う育児相談事業への関心が高まっています。「育児相談概論研修会」では、児童福祉関係者や幼稚園教諭などがかわる育児相談の基礎について概論的に取り上げます。基本講義やワークショップを交えて体験的に学びます。  
■日時=6月19日・午後2～5時  
■講師=山崎美貴子(明治学院大学)ほか  
■会場=こどもの城研修室  
■受講料=5,000円  
■定員=130人(先着順)  
お申し込み、お問い合わせは保育研究開発部【☎03-3797-5669】へ。