

こどもの城

こどもの城 活動事例集

お母さんと赤ちゃんの すくすくスキンシップ

こどもの城



スポーツで心身ともに健康な生活を

こどもの城体育事業部の事業概要

神経系の発達の著しい幼児、学童期は、運動面で基本から応用へと幅広く体験していきたい時期となります。柔軟性、平衡性や筋力など、基礎的な体力は遊びを通して自然に獲得していけることが望ましく、それらは、スポーツという中で洗練され、それぞれがたくましさを増していくことになります。みんなでここに、わいわいしながらからだを動かす楽しさが、自分の持っている最善を出すことへの興味や魅力へとつながっていきます。そうした変化を子どもたち自身に感じてもらいたいと願っています。

スポーツは実に個性的です。相撲のように「超」がつくほど体重が必要なものもあれば、新体操のように今にも折れそうなほど贅肉の少ないことが要求されるものもあります。ゴルフ、洋弓やライフルのように息切れした状態ではできないものもあれば、マラソンやトライアスロンのように酸欠状態に陥るほどのものもあります。炎天下や厳寒の中、水中や雪上と環境もいろいろです。持っている感性を出すことが必要であったり、極めて考えられた戦略の中で成り立つものもあります。こうした多種多様な特性を持ったスポーツは、以下のように、子どもたちにさまざまなものを与えてくれます。

1. 安全確保への模擬体験
2. からだをつくる
3. 創造力を高める
4. 空間の認知
5. からだの認知

子どもたちに、運動やスポーツを指導する場合には、これらを考慮した上で、楽しみながら体験できるような指導方法が大切になります。

自分の持っているものを出し、発見する

体育館とプールを使って行う「講座」や「クラブ」では、子どもたちを継続的に観ていくことが可能なため、長期的な展望の中で健康を考えています。子どもの成長をしっかりと見ながら、その時期その時期に必要なものを無理のない指導の中で体得してもらうのです。指導者が教え込むのではなく、子どもたち自身が「感じ」「考え」「試す」ことであり、指導者に必要なのは、子どもたちの持っているものを出してあげ、発見してあげることだと思っています。このことを基本に、質を高め、更にはからだへの負荷を上手にかけることで量の確保もしていくことが大切だと考えています。また、運動は軽く走るだけでも時間によっては苦しくなり、硬いからだを曲げるだけでも辛いものだけに、そこには努力が必要となります。精神的な強さを獲得させることも大切なことです。従って、以下のようなことを考えながらの指導が大切となります。

1. 動くことの楽しさを知らせる
2. いろいろなスポーツにふれる
3. 全力を出す機会をつくる
4. 個性を大切にする

だれもが参加できる体育活動

さて、こどもの城の体育活動も開館以来の年月の中で、多くの人たちの積極的な参加がみられるようになってきました。母親からなかなか離れられず動かない子どもを励ます姿、今にも泣きだしそうな顔をしてうつむきかげんに、とほとほとやってくる子どもや、待ってましたとばかりに一目散にやってくる元気な子どもなど、来館風景もさまざまです。対象も幅広く、幼児・学童を中心にマタニティの母親や0才児の赤ちゃんから高齢者までを扱っています。どちらかという、運動を苦手としている子どもが多いようですが、からだを動かす楽しみを知り、運動やスポーツを一生のものとして付き合ってもらいたいと思っています。



こどもの城活動事例集

「お母さんと赤ちゃんのすくすく体操」

発行 こどもの城

編集 体育事業部／小児保健部

動くこどもの城事務局

住所 東京都渋谷区神宮前 5-53-1

イラスト 喜久山 悟

印刷製本 有限会社 博英社

発行日 平成16年9月25日

赤ちゃんとお母さんの体操

こどもの城体育事業部の実践プログラムより

生活習慣のなかで

体操には、普段の生活の中では体験できない「からだの動き」を経験するという目的があります。しかし一方で、必要な生活行動をするための基本的な動きを体験し、練習する要素も備えています。そのことからみても、生活の中での行動自体が未熟な子どもにとって、体操を適度に実施することは、大きなメリットがあります。そして、この体操を効果的に行うためには、生活習慣を把握し、子どもの行動を知り、自然な状態で実施することが必要となってきます。

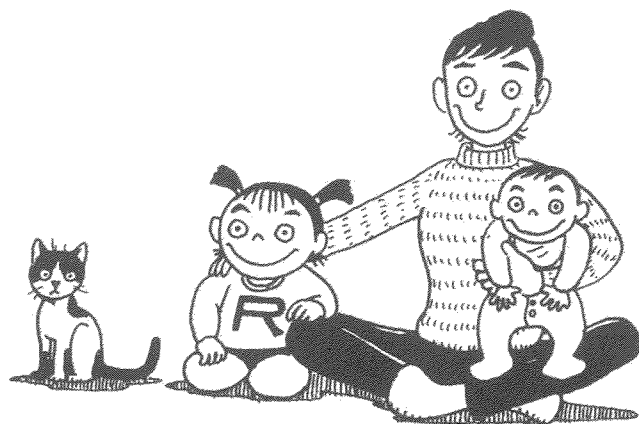
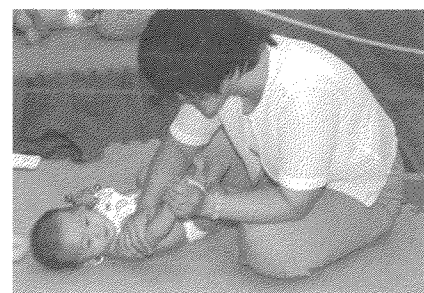
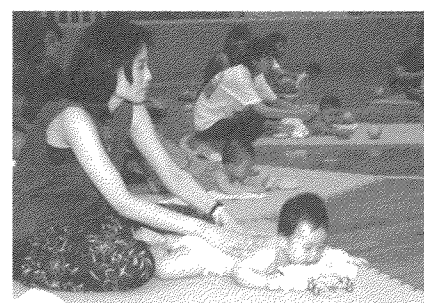
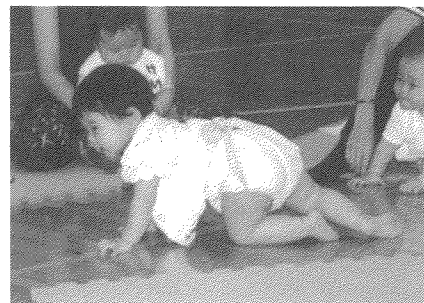
まず最初に、生活習慣のチェックを試みる必要があります。乳幼児期には、母親は育児に奔走し、なかなかゆとりがありませんが、その中でも、子どもの睡眠や授乳の時間帯、機嫌がよかったり、悪かったりする時間帯をしっかりと観察し、確認していくことが大切です。乳児の場合は、一般的には朝の授乳が終わって、一呼吸した午前中が機嫌のよい時間帯で、体操をするのに向いています。しかし、これには個人差があります。この時期の子どもにとって最も大切なことは、「寝る子は育つ」の言葉通り睡眠をとることであり、眠たがっている子どもを起こして運動するのは、百害あって一利なしです。父親や母親の生活パターンが子どものリズムに影響しますから、この午前の時間帯に子どもが楽しく過ごせるように、1日の生活習慣を振り返ってみることが大切です。

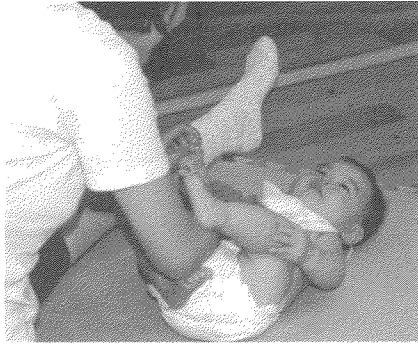
0歳児の体操

この時期の体操は、母親が子どものからだに触れ、温もりを感じ、からだ全体の表情を見ながら子育てのひとつとして行うものです。体操の基本は、しっかりと抱くことであり、あやすことであり、こうしたスキンシップの基礎があって初めて、成長に合わせた体操ができるようになるのです。

体操の基本的な考え方は、自然な神経系の発達段階に応じた動きを取り入れることです。つまり、発育・発達に応じた動作を利用することであり、子どもの動きたいという欲求を満たすものであったり、未熟な動きを少し手助けするものであったりします。こうすることで、からだに無理のない動きを体操に取り入れることが可能となります。特に、姿勢をもどそうとする反応は、子どもの体勢を変えることでさまざまになり、体操としても変化をもたせることができます。更に、体操の中で、親が子どもの発達をしっかりと確認できるように配慮することが必要です。しかし、この時期の成長は個人差が大きく、母親が自分の子どもに合わせていくことが大切で、他の子どもとの比較は避けなければなりません。

体操は、やや不安定であっても「おすわり」のできる頃から始め、機嫌のよい時間をしっかりと把握し、その時間帯に5分から10分程度の短い時間で行います。体操を通して自然な発達を見ることが大切で、個々の発達に合わせた無理のないものを選ぶことが必要です。また、子どもの様子をよく観察して行き、母親のペースになり過ぎないように注意することと、常に安全には注意しておくことが大切です。とにかく、慌てずに、のんびりと楽しく行いましょう。





ぬくぬくマッサージ

この時期に、親子のふれ合いを積極的に、運動プログラムとして取り入れていくことは、お母さんの手の温もりを赤ちゃんに伝えることができ、赤ちゃんの発育発達にも適度な刺激となると考えられます。

中でも、適度なマッサージは、血行を促進し、皮膚の抵抗力を高めたり、緊張感を和らげる効果があります。そして、成長にともないいろいろな運動をする機会が増えていきますが、その準備体操としても有効です。授乳時やおむつ替えの時に、気軽に行いましょう。

マッサージは、赤ちゃんの機嫌の良いときに、体全体をバランスよく、線や円を描いたりして変化を持たせながら行うのがコツです。

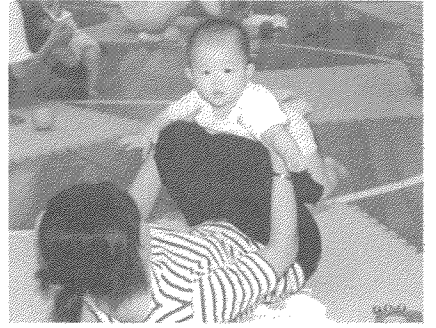
ぬくぬくマッサージ



ふれ合い体操

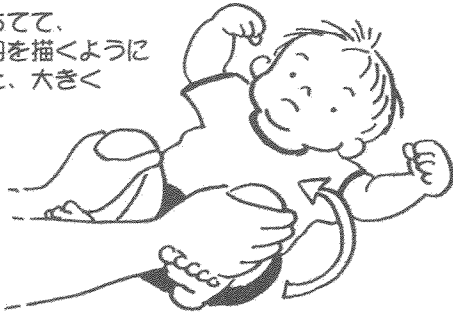
赤ちゃんが日常の中で自然に手足を動かす動きに、軽く弾みをつけてあげるのが、「ふれ合い体操」の基本となります。股関節や足首などは、関節の可動域が大きく、この体操の中心となりますが、赤ちゃんの関節は柔らかく抵抗感がないので、動かし過ぎには気をつける必要があります。赤ちゃんの発達を利用した体操なので、体操することで、赤ちゃんの成長を肌を通じて実感することができます。

赤ちゃんの手を持つときは、母親の親指を握らせ、他の4本の指で、その手首を包み込むように持ちます。また、足を支えるときは人差し指と中指で赤ちゃんの足首を握り、すねを支えます。赤ちゃんが足を伸ばそうとしたらいつでも、はずすことのできるようしておきます。

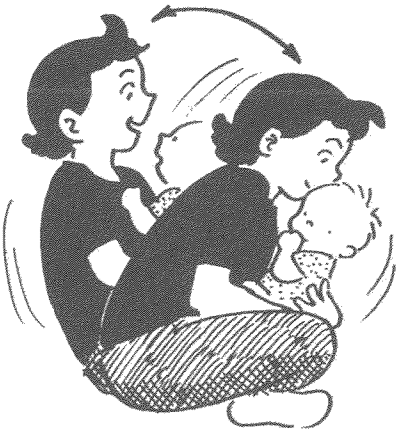


ふれあい体操

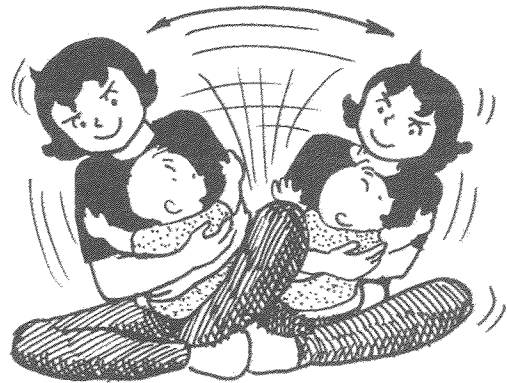
膝に手をあてて、
股関節を円を描くように
ゆつくりと、大きく
回します。



赤ちゃんが足を
つばる力を
感じながら、
足の裏を交互に
押しします。



赤ちゃんが
平衡バランスを
保とうとするのを
感じながら、
体を前後左右に
ゆつくりと動がします。



片足ずつ、ゆつくりと
持ち上げてみます。
赤ちゃんはバランスを
保とうと体を動がします。

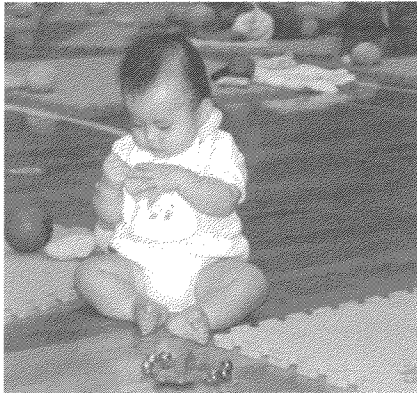
仰向けに寝かせた状態から、
赤ちゃんの手を持って
ゆつくりと上体を起こします。



「動きア・ラ・カルト」

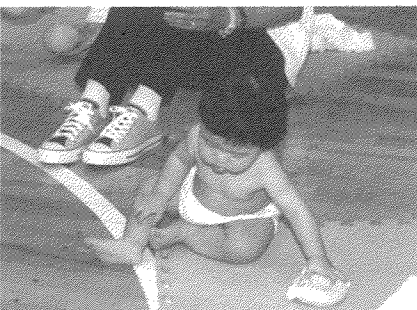
おすわり

「おすわり」も、赤ちゃんそれぞれで、いろいろな形がみられます。まだ腰だけのような形で不安定で、前に手をつくことが多い場合は「おすわり」の初心者です。足の構えは、左右対象ということがほとんど無く、右足か左足（右足が多い）が深く曲げられています。この方が次の行動（はいはいなど）を取りやすくしていることは確かです。



「おすわり」から「はいはい」

「おすわり」が安定してくると、上半身の動きが自由になってきます。しっかりとからだをねじり、方向を定めてから「はいはい」へと態勢を変えていきます。左足の膝を伸ばしながら右足を抜くことが多いようです。



1 歳児の運動

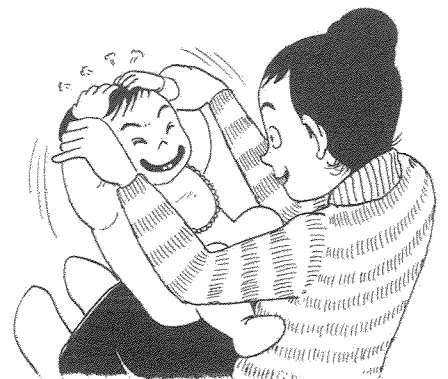
この時期になると、そろそろ熟練してきた「はいはい」も影を潜め、移動手段として立位が主流となってきます。その場でじっとしているだけでも、今にも尻餅をつきそうなくらい、不安定に立っている姿が見られますが、その顔つきは「こんなに上手に動けるよ」と自信に満ちあふれているようでもあります。

この卒業していった「はいはい」ですが、生活の中で自然に腕や背中の方をつけることができ、体の方向転換やスピードの強弱もだせるという意味では、運動的にはとても優れたものです。かつて、有名なスポーツ選手が、赤ちゃんと同じ行動をとることに挑戦しましたが、数時間で音をあげたそうです。それほど運動量豊かなものなのです。この「はいはい」ですが、最近の住宅事情により、十分にすることなく、すぐに「つかまり立ち」が始まってしまう傾向にあり、これが子どもたちの運動能力に影響を与えているという指摘もあります。そういう意味でも、もう少しの間、「はいはい」を運動としてとらえ、親子で行うことも必要なことなのかもしれません。

立つことができると、その視野は大きく変化し、周りのものへの興味は更に大きなものになっていきます。そして、その興味が歩行をはじめとする運動につながり、その経験を通じて、基本的な運動能力がつきつぎに身についていくのです。裏を返せば、まわりのものに興味が分散し、じっとしていないのだから、生活の中でも母親の思うとおりにいかないことが多く、ましてや、運動をいっしょにすることは本当に大変なことなのです。いざ体操をしようとしても、言葉で説明するわけにもいきませんから、いろいろと工夫が必要となってくるのです。

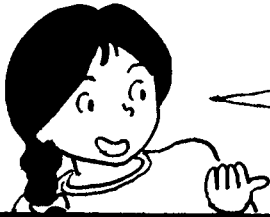
この時期の体操の基本的な考え方は、からだにそれなりの力を持たせることと、動きの楽しみを味あわせてあげることです。歩くことによって、体は自然と力強くなってきますが、それだけでは不十分であり、適度にそれを補ってあげる必要があります。また、動く事への意欲と好奇心は旺盛で、それをより運動的に膨らませてあげることが、とても楽しいことでもあります。実際には、子どもの関心のあるものや、今している運動を上手にアレンジしてあげることで、または、子どもの関心を引きつけるような道具を利用することなどがあげられます。子どもは、母親にまわりついたり、「だっこ」をせがんだり、布団の上でゴロゴロ転げ回ったり、さまざまな行動をとりますから、面倒がらずに根気よくつきあうことが必要です。そして、それをもとにさまざまなアレンジを加えていくことによって、楽しい運動になります。例えば、子どもの歩く方向にトンネルのように脚を大きくひらいて立ってみたり、ときには、寝そべて障害物になってみたり。また、母親の真似をすることが少しずつできるようになってきますから、いっしょに動物の真似をして歩いたり、音楽に合わせて動くことも楽しい運動遊びになってきます。

また、ボールのような、子どもの関心を引きつける小道具を使うことも楽しく運動するための有効な手段です。このボールも色のきれいなものや、音がするものなど、子どもの興味を触発するようなものを選ぶことが大切です。また、たいていの子どもは、ころがっているボールに関心を示し、捕らえようとします。しかし、スピードが速過ぎると、子どもは追いつくことができないと判断するのか、最初から追いかけてやめようとする傾向にあります。これを考えると、ゆっくりところがすというのも、大切な要素かもしれません。



お母さんと赤ちゃんのすくすく体操

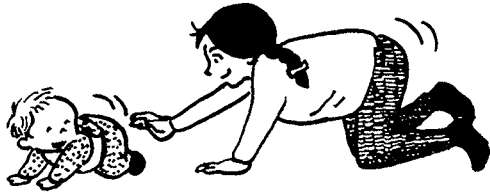
1歳児編



歩くことを覚え、さまざまなことに興味を示すようになり、じっとしていることのできない時期です。気に入ったことは何度でも繰り返して楽しめますから、いっしょに、お気に入りの体操をつくりましょう！



①ハイハイでおいかけっこ



ハイハイしている赤ちゃんを追いかけ

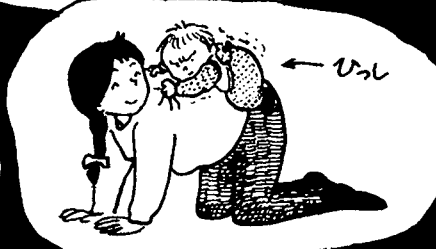


赤ちゃんが横から逃げたらまた、追いかけてみましょう

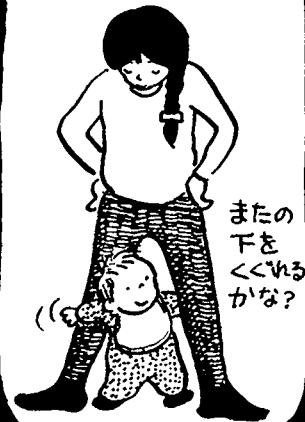
②登ったり、くっくったり



ハイハイしている赤ちゃんの障害物になって、赤ちゃんは、登ったり、くっくったり、馬乗りになったり・・・



歩いている赤ちゃんにも応用できる



またの下をくぐれるかな？

③木とおさるさん



まずは「おんぶ」

しっかりつかむことができたならお母さんはぞっと手をはなしてみよう！



風が吹いてきて、お母さんの「木」がゆれはじめたよ

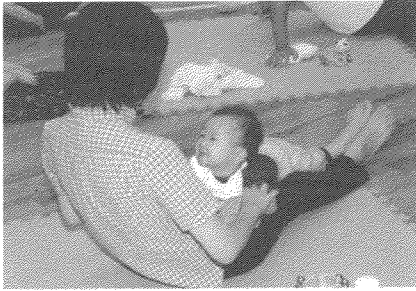


前にまわって大好きなだっこ



少し疲れておさるさんは木からおりてきたよ

降りやすいように腰を曲げて！



2歳児の運動

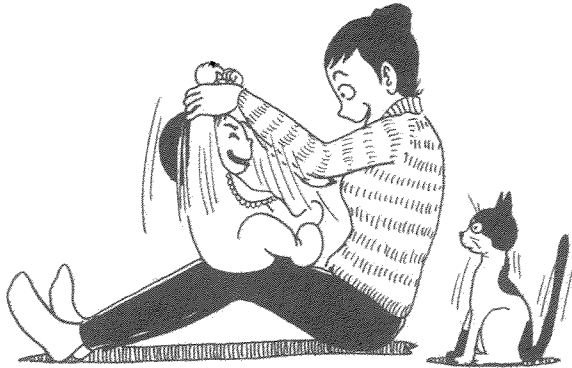
子どもとのコミュニケーションを楽しみながら、積極的に体操することのできる時期です。生活の中での行動も、母親泣かせなくらい活発になり、ことばによるコミュニケーションも飛躍的に進んでいきます。

これまでも母親の模倣や、簡単なことば掛けでさまざまな動きができ、親子で楽しめましたが、例えば、「バンザイ」でも、「あげる」「おろす」といった言葉や、「力を入れて」「もっと腕をのばして」という動きを表現する言葉にも対応できるようになります。このため、動きのバリエーションも増え、体操として必要な動きを取り入れることができるようになってきます。

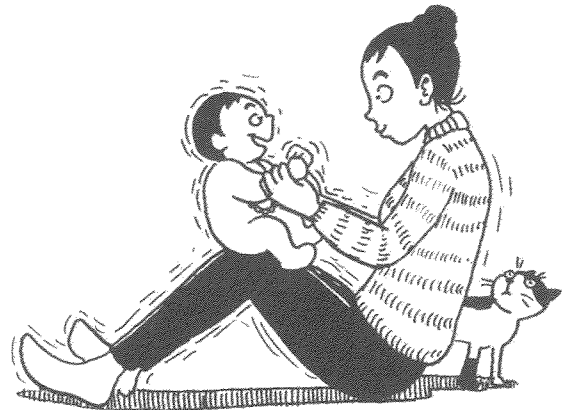
全体的には、走る要素を積極的に取り入れ、汗をかくくらいの運動量を確保していくことが大切です。また、外での遊びや、ボールなどの遊具を使った運動はたいへん有効です。ただし、子どものからだをしっかりと観察し、姿勢などにも注意を払うことが必要です。

音楽にあわせてスキンシップ体操

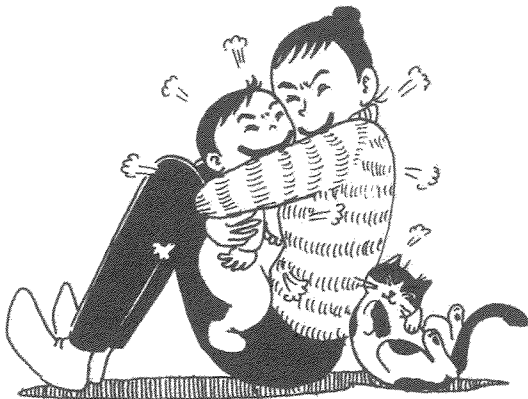
音楽にあわせ、スキンシップを大事にしながら体操することは、とても楽しいものです！好きな音楽をかけて、レッツ・スキンシップ！



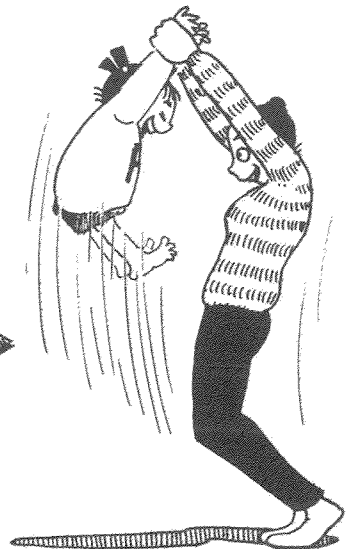
バンザイ！バンザイ！



グラグラ、グラグラ 膝を揺すろう！



ギューツ だいすき！



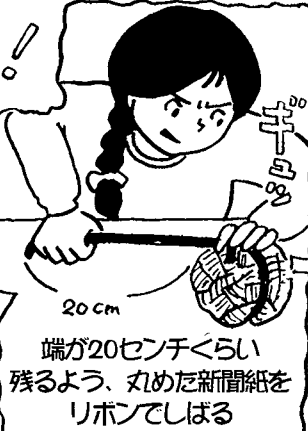
1・2の3で、ジャンプ！

遊具をつくらせて遊ぼう!

手作りの遊具で遊ぶことは、
とても楽しいものです。
まずは、身近な材料を使って
ボールを作ってみましょう。



新聞紙を丸めて



20cm
端が20センチくらい
残るよう、丸めた新聞紙を
リボンでしばる

あとは、アルミホイルで
しっかりと包んで
できあがり!



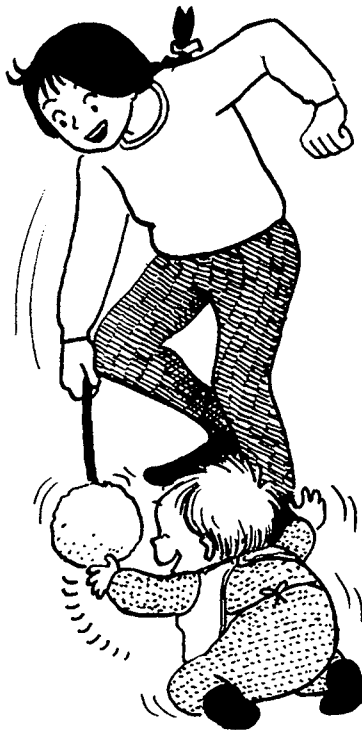
ホイルは
はがれない
ようにしかり
つつんで!

ボールを転がしてキャッチボール

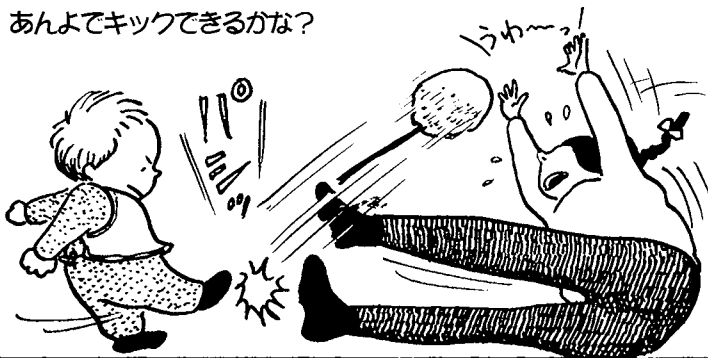


お母さんがリボンをもってブーラブー
手が届くかな?!

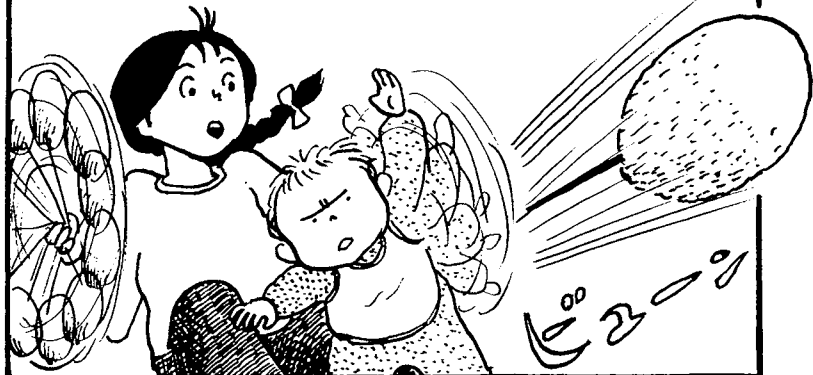
ボールを追いかけっこ
お母さん待って、待って!



あんよでキックできるかな?

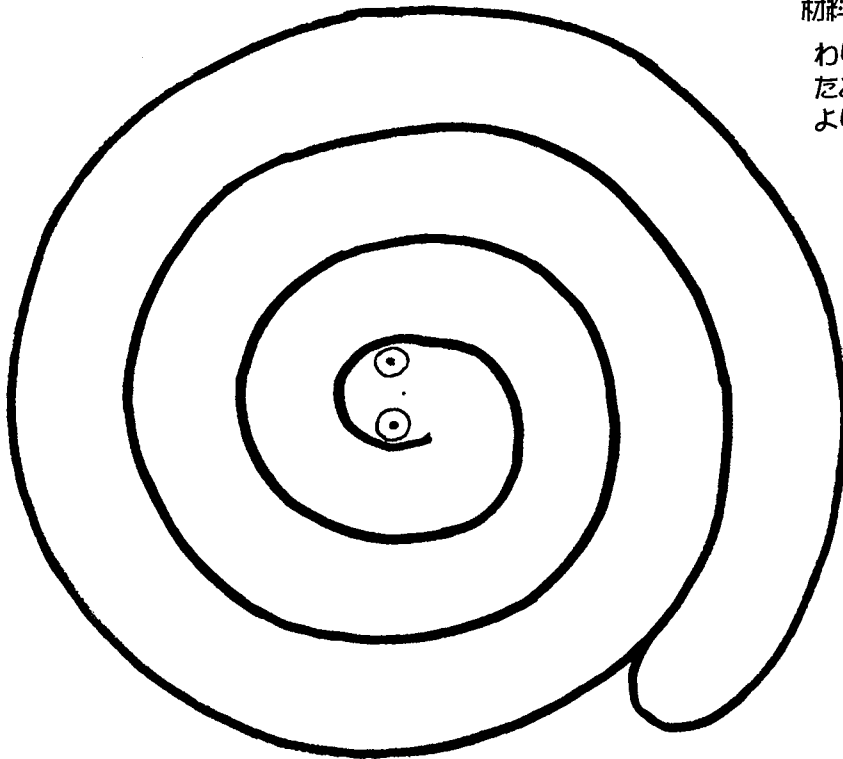


リボンをつかんで振り回し、手を離すと
ロケットみたいに飛んでいくよ!



© 2000 BIKAYAMA

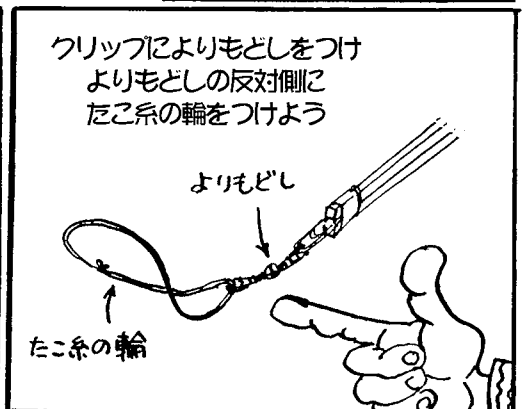
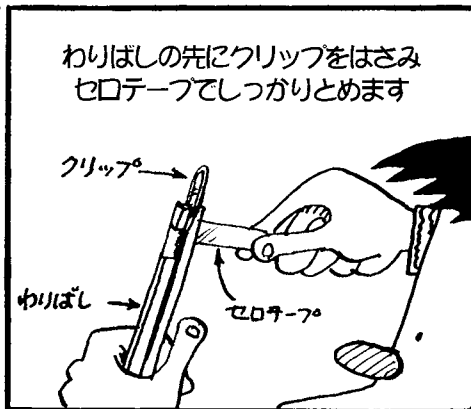
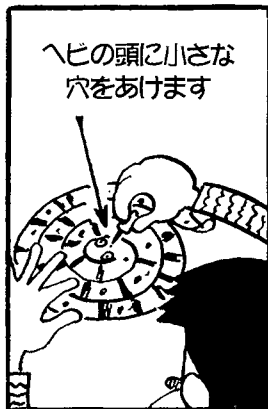
ぐるぐるへびさんをつくらう



材料

わりばし、クリップ
たこ糸 (10センチ程度)
よりもどし
(釣具屋さんなどで売っている)

←左の原紙を特厚の
色ラシヤに200%の
拡大コピーしよう!



心とからだの健康についての相談、そして子育ての支援

こどもの城小児保健部の事業概要

こどもの城の小児保健部は、開館以来、子どもの心身の健康の問題に取り組み、子育てを支援する目的で活動しています。子どもの遊び場、活動の場の中にこのような「子どもの健康」に取り組む部門や、小児科のクリニックがあるのは珍しいケースです。小児保健部の事業は、次のようなことをねらいに運営しています。

- ① 心とからだの両面について、医学と心理学を専門にした多職種がかかわり、こどもの城の他部門と連携した講座などの活動を行う。
- ② 子育てに関して心配なことをじっくりと相談できる場を提供する。
- ③ 妊娠期から思春期までの成長過程のさまざまな課題に対応する。
- ④ ニーズに合わせた子育て支援を行う。
- ⑤ 小児保健分野での新しい課題に取り組み、専門家への啓発活動を行う。

実際には、①小児保健クリニックでの診療・相談活動を核にして、②グループで行う講座や子育て支援の活動、③専門家向けの講習会・研修会などの啓発活動、そして、④これらの成果をまとめて、それを広めるための研究活動、の4つの活動を行っています。

小児保健クリニックでは、0歳から18歳までの子どもの心とからだの健康、発育・発達心配事について、予約制で診療・相談を行っています。小児科医の診療は、保険が適用されます。初診は1時間をかけて、訴えの背後にある子どもの生活や親子関係などについても親から聴き、相談にのるようにしています。必要な場合には、心理・発達相談、栄養相談を行い、相談を継続します。スタッフは、小児科医のほか、保健婦・看護婦・管理栄養士・臨床心理士などです。

講座としては、体育事業部と提携して実施する小児肥満の子どもたちの生活改善を目的とした「スポーツ健康教室〈太りすぎクラス〉」や、妊娠16週からの妊婦を対象とした「マタニティ・スイミング」などがあります。

ここでは、子育て支援活動の一環として実施している「赤ちゃんサロン」の活動を紹介します。

お母さんたちが気軽に集まり、正しい育児情報を得られる場所づくり

子育て支援「赤ちゃんサロン」の紹介

赤ちゃんサロンの目的

最近の子育てをめぐる日本の状況は、核家族化、少子化、近隣との付き合いの希薄化など、保護者を取り巻く環境の変化があげられます。この変化のなかで保護者は不安感を抱いています。この現状を少しでも変えるための支援の一つとして「赤ちゃんサロン」を実施してきました。「赤ちゃんサロン」は、赤ちゃん連れの保護者や妊婦が気軽に集まって、おしゃべりをしたり、赤ちゃんがお互いに遊んだり、触れ合ったりする“場”です。適切な育児情報も得られるので、子育てに関する疑問やちょっとした不安を解消することもできます。

従って、「赤ちゃんサロン」は「お教室」ではないために、プログラムは少なくし、保護者同士のおしゃべりタイムに時間をかけることが大切なこととなります。指導したり教えるのではなく、ゆったりとリラックスした時間をすごせる“保護者と赤ちゃんのたまり場”になることを目的としています。



こどもの城の

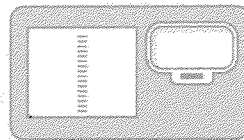
0,1歳を対象とした子育てサロン 赤ちゃんサロン

近頃のお母さんたちは、赤ちゃんに触れたり、世話をしたりする体験がないままにお母さんになったり、おばあちゃんや子育ての先輩が身近にいないなど、育児情報を本やテレビなどに頼りがちです。そんなお母さんたちに、赤ちゃん連れで集まる機会と場所を提供しようとしたのが、こどもの城の「赤ちゃんサロン」です。

対象は3か月から1歳半の赤ちゃんとお母さん・おじいちゃん・おばあちゃんもOK。だいたい70～100

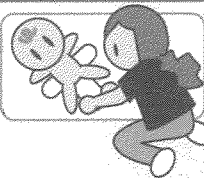
組くらい集う「井戸端会議」です。運営については、小児保健クリニックの専門職（小児科医・臨床心理士・保健師・管理栄養士など）が行っている特殊な子育てサロンですが、保護者同士のお喋りを大切にするように心掛けています。育児や発達のちょっとした心配事などについて、お喋りの中でアドバイスしあったり、友だちをつくったりしています。

計測コーナー
体重と身長が測れる
(8畳キルトマット×1枚)



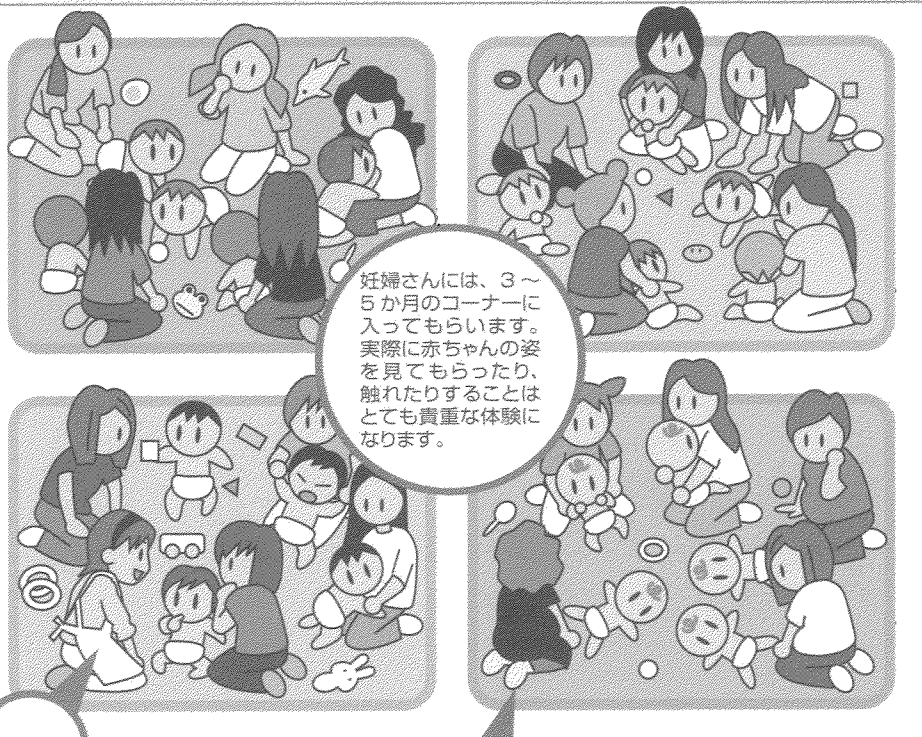
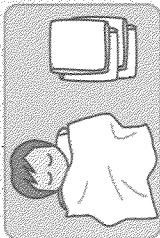
9か月～11か月

おむつ替えコーナー

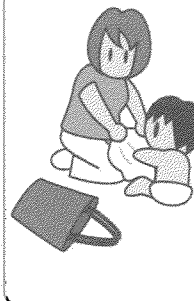


6か月～8か月

おやすみコーナー
眠ってしまった
赤ちゃんのコーナー
(8畳キルトマット×1枚)



妊婦さんには、3～5か月のコーナーに入ってもらいます。実際に赤ちゃんの姿を見てもらったり、触れたりすることはとても貴重な体験になります。



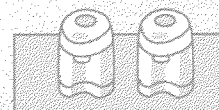
各コーナーに小児保健スタッフが入って相談にもなりますが、全体をリードするものではありません。お母さん同士をつなぐ、橋渡し役をします。

1歳以上

キルトマット（こたつ敷き）を敷いて、コーナー分けをしています。同じくらいの月齢で分けると、発達段階が近いので育児の話や発達の話がはずみます。

3か月～5か月

水・50度のお湯



お湯コーナー

イラスト：カムカム

こどもの城では、ビニールシート（12畳）を3枚敷いた上に、キルトマット（こたつ敷き=8畳）を1コーナーに2枚ずつ（合計8枚）敷いています。

私、赤ちゃん サロンに参加するのは 今日が初めてです！



- 受付でスタッフの人に教えてもらい、初回の人専用の名簿に記入して、ラベルシールに名前を書いて名札に。子どもの名札には月齢も書くのね。
- 靴をぬいで部屋に入ると、赤ちゃんはみんなオムツだけになってる! どうしてですか、ってスタッフに尋ねたら「赤ちゃんが動きやすいし、スキンシップもしやすい!」って色々教えてくれた。
- ウチは5か月だから3~5か月コーナーね。子どもの服を脱がせて、荷物を壁際に置いて…。
- 「こんにちは〜」と言ったものの、ちょっと恥ずかしい。何を話せばいいのかな。
- 声をかけてくれるお母さんもいるけど、時々スタッフの人が回ってきて、さりげなく「○○ちゃんは、もう寝返りしますか?」って聞いてくれる。「xxちゃんは、どれくらいで寝返り始めた?」ってほかの人にもふってくれるから、いろんな赤ちゃんの様子が聞ける。ほかのおうちの様子を聞いたら、な〜んだ心配いらないのねって感じ。みんなの悩みって似たりよったりみたい。
- お母さん同士は育児のこととか色々喋って発散。赤ちゃんは置いてあるおもちゃで遊びながら、たくさんの赤ちゃんに触れ合える。近所に赤ちゃんのいるお友だちがいらないし、育児のこと誰に聞いていいかわからなかったけど、こんな場所があってよかったな。
- 赤ちゃんサロンのあと、少しほかの遊び場を見てから帰ることにしました。楽しい一日でした。また来たいです。

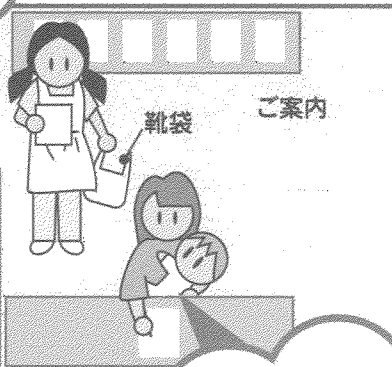
はだかにするなら室温は23度以上が適温。

部屋には温度計・湿度計を合計4個設置。赤ちゃんが寒過ぎないかなどチェックしながら行きます。

スタッフがいて、(1)「こんにちは」と声かけをする (2) 靴袋をわたす (3) 会場内の赤ちゃんが迷い出ないように見ている。(4) 不審な人が入らないようにする。

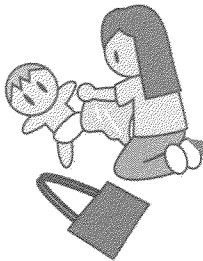
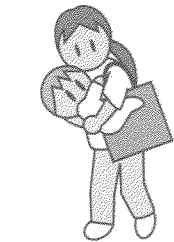
赤ちゃんが迷い出ないように入り口は最小限の間口にしてあります。

入り口



お母さんの名前、子どもの名前、月齢、何区(市)から来たか、何で知ったかを記入。名簿は初めての人と2回目以降の人と分けています。赤ちゃんサロンをどう活用しているか、クチコミがどのくらい広がっているかなどを知るためです。

会場に入ったら、赤ちゃんはオムツ1枚になります。赤ちゃん自身は動きやすく快適。お母さんは赤ちゃんの動きをよく見たり、お肌の状態や健康状態をみることができます。

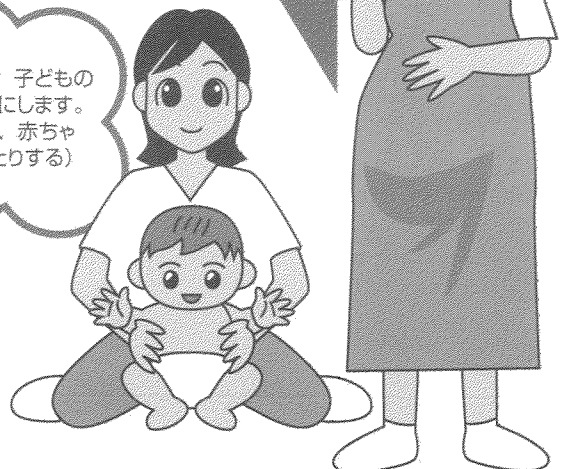
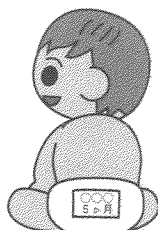


安全ピンや固いプラスチックの名札は、赤ちゃんを抱っこするの危険です。

ラベルシールに (1) お母さんの名前 (2) 子どもの名前と月齢を書いて、名札にします。(自分ではがせないように、赤ちゃんの背中に貼ったりする)

授乳コーナー

ベビーバギーは会場がいっぱいになってしまうので、別の所に置き場所をつくります。



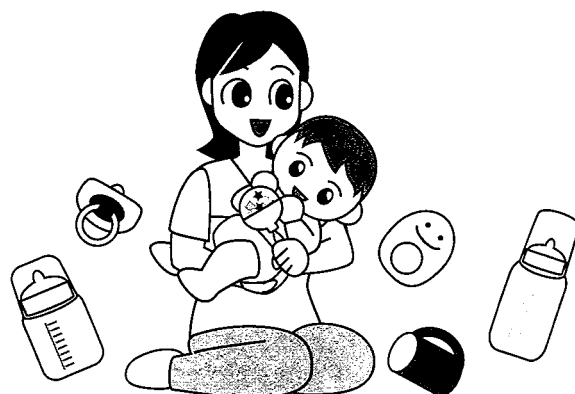
赤ちゃんサロンを 開くときの留意点は、 「清潔」と「安全」です。

会場への 配慮

- 会場の広さは、集まる人数によって決まります。狭い部屋しか確保できない時には、定員を決めましょう。
- 床が土足で使用する会場の場合、ビニールシートとキルトマット（コタツ敷）を敷くと便利です。ビニールシートは何か果汁などをこぼした時に床を汚すことを防げます。キルトマットは、ある程度厚みがありますから、赤ちゃんが転んでも安心ですし、また洗濯をすることができるので、清潔に保つこともできます。準備が難しい場合は、参加者に大きめのバスタオルなどを持参してもらってもいいでしょう。
- 安全第1を心掛けましょう。コンセント、家具、マイク、机の角などは危険です。イスを積み重ねた隙間から這って中に入った赤ちゃんが出られなくなった例もありました。赤ちゃんの視線を考え、隙間を防ぐ工夫もしましょう。
- 温度計・湿度計を設置して、室内の換気にも気をつけましょう。目安として22℃・40%以上に保てるといいですね。
- 会場は、できるだけ明るいほうがいいでしょう。
- 部屋の片隅にでもいいので、カーテンやパーテーションなどを利用して授乳コーナーも設けましょう。

スタッフ

- スタッフの服装はズボンなど動きやすいものにしましょう。赤ちゃんを抱いたりすることがあるので、時計、指輪など注意しましょう。
- 参加者からスタッフが分かるようにお揃いのエプロンなどを着けましょう。名札も危険のないよう



玩具や BGM

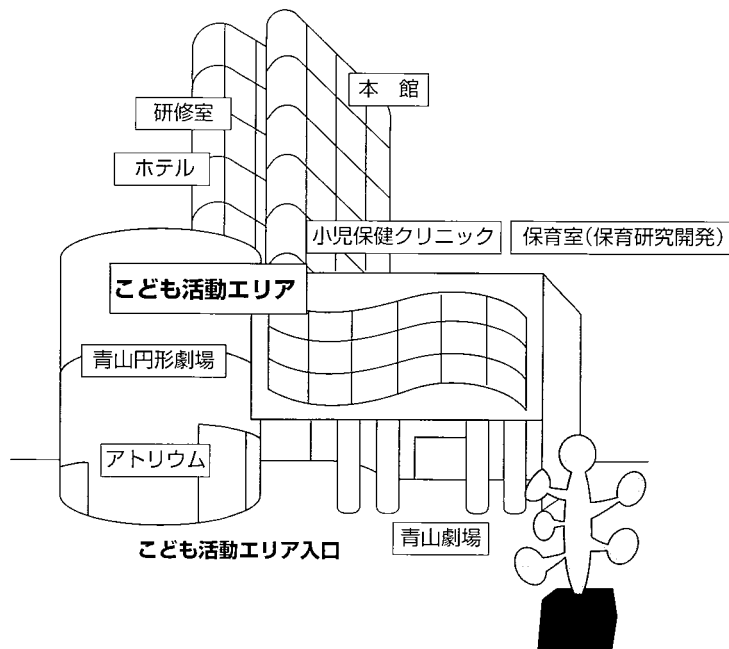
- 玩具は、3か月頃は握りやすいものや、お座りができる頃は手に持って音や動きを楽しめるものなど、発達に応じたものを揃えましょう。なめたり、転がしたりするので、使用後は布製のものは洗って天日干しに、プラスチックのものはエタノールで消毒しましょう。
- 玩具は手作りのものでも大丈夫です。ただし、誤飲のないように大きさには気をつけましょう。
- 雰囲気や和らげ、入りやすくするためにも、BGMを用意しましょう。赤ちゃんとお母さんもほっとする曲を選びたいものです。こどもの城では、童謡をかけています。

に、直接記入したり、シールに書いて貼るなどの工夫しましょう。

- 参加者が、安心して悩みや心配事も話せるように、運営にあたるスタッフは守秘義務を守ることが必要です。
- 主役はいつも参加者です。スタッフは保護者の話しに耳を傾けることが大切です。スタッフ個人の経験を押し付けて話してはいけません。
- 終了後は必ず反省会を開いて、スタッフで情報を共有するとともに、小さな疑問でも解決しておくようにします。
- 時には保健センターや児童相談所などの専門機関に、相談しなくてはならないケースに出会います。日頃から連携を保っておきましょう。

こども活動エリア

- 10F**
パソコンルーム
- 5 F**
屋上遊園／プレイポート
ふしぎが丘
- 4 F**
音楽ロビー／A・Bスタジオ
ビデオライブラリー
- 3 F**
造形スタジオ／プレイホール
- 1・2F**
アトリウム・ギャラリー
- B1F**
フリーホール
- B2F**
体育室／健康開発室／プール



こどもの城について

こどもの城は1979年の国際児童年を記念して、当時の厚生省が構想した「児童の心身の健全育成」を図る総合児童センターです。厚生省の委託を受けて、財団法人 児童育成協会がその運営に当たっています。

次代を担う子どもたちに、その自主性を尊重しつつ、遊びを中心としたさまざまな体験の場を提供することによって、「心身ともに健やかに育成し、その資質の向上を図る」ことを運営の基本としています。そして、日常的な一般活動を基盤としながら、常に先駆的で実験的なプログラムを企画立案し、その独自の情報やプログラムを広く全国に普及させていくことにも重点を置いています。また、国際的な視野にたち、世界各国の子どもたちと文化活動を通じて交流を図ることなど、全国にある児童館の拠点としての役割を果たすことを活動の目的としています。

こどもの城では、「子どもたちの心身の健全な育成」という課題に対し、「こども活動エリア」と総称される体育・プレイ・造形・音楽・AVの5つの部門を設け、子どもたちが楽しみながら、さまざまな体験をすることができるようにそれぞれ専門性を生かしたプログラムを実践しています。

また、その他の関連部門として育児支援のための保育や小児保健、ボランティアや児童厚生員の研修などを担当している企画研修、劇場などの部門を設け、これらの部門が協力し、年間を通じてさまざまな児童の健全育成のための事業を実施しています。そして、10年以上の実践活動の年月のもとで培われた経験や知識、それを基盤とするプログラム作成のノウハウが成熟し、蓄積してきたため、全国の児童館や児童施設と連携・協力して、これを全国に普及していくという当初からの目的を実現できる基盤ができました。

動くこどもの城とは

前述のように、こどもの城では開館以来、体育・プレイ・造形・音楽・AVなどのいろいろな分野の専門スタッフが協力して、常に新しいプログラムを研究開発してきました。運動体験を通して心身の健全な発達を図るプログラム、遊びを通して対人関係などの社会性を獲得するプログラム、造形活動から色彩感覚などの造形的感覚を養う体験プログラムや制作プログラム、音やリズムを媒介とした音楽体験プログラム、映像の原理を体験的に知り、映像表現をするアニメプログラムなどさまざまです。そして、これらのプログラムを年間100万人を越える来館者に提供し、その実践活動をフィードバックしながら、先駆的な活動のための新しい礎となるような貴重な知見を得てきました。

これらの結果をふまえ、こどもの城では、国立の総合児童センターとして、情報発信機能を充実させていくために、その成果を全国の児童館などに普及していきたいと考えています。また、それをきっかけにして、現在の児童館のあり方や児童館に求められているものについて、児童館で実践活動を行っている児童厚生員などの方々との情報を交換したり、共同研究を進めていきたいと考えています。

このような方針に基づき、「動くこどもの城」事業の構想が生まれました。この事業は、こどもの城で研究・開発・実践してきたプログラムを各地の児童館などで実施するとともに、そのプログラムの背景にある理念や考え方を児童厚生員などの方々に紹介していくものです。そして、平成6年度から国の助成を受けて、実施の運びとなりました。こどもの城では、ナショナルセンターとして、この事業を通じて全国的な規模での児童館活動の活性化のために貢献していきたいと考えています。

