

これを見れば 貝塚の子育ての すべてがわかる！

現役子育て中ママがママ目線で作っているナビゲーション！
ママと行政の架け橋になりたい！

NO.62

2023年7月発行

イキイキ

貝塚子育て情報誌

子育てナビゲーション

— マタニティから就園前の子育て、応援します！ —

Summer

自然は子どもの心と身体を
大きく鍛えてくれます

親子で外遊びしませんか？

貝塚市は
海も川も山もあって
自然豊かなところ

二色の浜、近木川、和泉葛城山、
蕎原、ドローンフィールド、
せんごくの杜など自然の中で
散歩や遊びに行く所が
たくさんあります。



五感を使って遊ぶなら
やっぱり
外遊びだよ

「脳の力」を高めるためには「遊び」が必要です。中でも「外遊び」は子どもの発育に欠かせないものです。誕生直後の赤ちゃんもどんどん脳は発達していきます。成長に欠かせないのが刺激になります。室内と外の違いを考えてみましょう。外に



大きな公園、近所の公園、スーパーまでの道のり、幼稚園や子ども園までの道など散歩していると子どもたちは発見がとまらない。そんな時間の中には、成長するために必要なことと出会うチャンスがあるのかもしれない。



日光や風にふれ、体中を刺激してホルモン等の内分泌系を活性化させることができます。

砂・風・土・石・木・葉・虫・水などいろいろなものにふれることで感覚器官を発達させていきます。外にある自然なものにふれて、自然と雑菌類と接触して免疫系を鍛えることもできます。

子どもは好奇心旺盛です。自分がおもしろいと思うことを発展させる遊びは意欲に満ちた世界です。それは生きるエネルギーの源になります。外には危険なこともたくさんあると思いますが、子どもの「やってみよう」を見守って成長を支えましょう。家は安心できる場所です。お手伝いは子どもにとって遊びになります。ぜひいろいろなことをさせてあげてください。



いつでも 子育てナビ
どこでも！

スマホやパソコンからも子育てナビが読める！
バックナンバーも掲載
しています！

イキイキ子育てナビゲーション



貝塚子育て情報誌「イキイキ子育てナビゲーション」は、4月・7月・9月・12月初旬に発行！