



子育てコンシェルジュだより

富士宮市子育てコンシェルジュ（市役所子ども未来課子育て支援係内）

☎ 22-1146



暑い日が続くと水遊びが恋しくなりますね。赤ちゃんや小さい子は水遊びでどんなことに気を付ければいいのか、どんな風に遊べば安全かをご紹介します。



はじめての水遊び！水遊びデビューはお家で♪

まずは自宅での水遊びで、お水に慣れるところから始めましょう。ビニールシートに水たまりを作って、手のひらでバシャバシャたたいたり、ハイハイをして水の感触を楽しみます。洗面器に浅く水を入れ、カップで水をすくったり、スポンジやタオルを浸して水に触れたり、音を楽しむのもよいですね。

水遊びの一番のポイントは、「水に親しむ」です。水遊びの機会を通じて、水は怖くなくて楽しいものだというイメージをつけてあげましょう。

◎ポイント

- ・ぬるま湯が安心
- ・絶対に目を離さない（浅い水でもおぼれます）
- ・帽子、Tシャツなどを着用、10～15分位を目安に



◎ポイント

- ・お座りがある程度しっかりしても滑って転ぶこともあるので十分注意
- ・そばを離れられなくなるので、必要な物は近くに（タオルは多めに用意する）
- ・水温＋外気温が50度を越してから（外気温は25度以上、水温が上がらない場合は、お湯をたす）
- ・ビニールプールには、水を張らずに室内で慣れてから

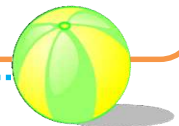


実際に水に入ろう♪

ビニールプールやベビーバス、衣装ケースでもOK。子どもが怖がる時はジョウロ、水鉄砲、ボールなどのおもちゃを用意して、ゆっくりと誘いましょう。

◎手づくりおもちゃ

- ・ペットボトルに色水やキラキラ光るものを入れる
- ・大きな厚手のビニール袋に水を入れて口をしっかりとしばり、フニャフニャ、タプタプする
- ・ジップロックの袋に水や光るものを入れて触る
- ・ペットボトルや牛乳パックに穴をあけてジョウロにする
- ・スポンジで作った魚、たこ、カニなどを浮かべたり、にぎったりする
- ・ケチャップやマヨネーズの空き容器を水鉄砲にする
- ・食品トレーや牛乳パックを浮かべて船にする



水遊び場・プール・海など♪

少し大きくなったら水遊びができそうなところへ出かけてみましょう。ただ出かける際の移動の時間も、赤ちゃんにとっては負担になることがあります。早くても6～7か月以降、無理なく遊べる体力がついてからがいいですね。直射日光や潮風など赤ちゃんにとっては刺激が強い場合があります。帽子や日焼け止めなどの対策も忘れずに！しっかり歩けるようになって、爪先が出ない、しっかりした靴がよいでしょう。

小さい子どもたちはとってもデリケートです。子どもの休憩やお昼寝などを中心に時間を考え、負担のない計画を立てましょう。楽しい夏の思い出を作ってくださいね。

