

おひさまぴよぴよ Q & A

Q1 雨の日もやっているの？

天候不良の際はHPの「中止のお知らせ」で開催の有無をお知らせしています。

Q2 帰る時間は自由なの？

はい。来る時間も帰る時間も自由です。お子さんとご家庭の都合を優先してくださいね。小さい子は午前中にたっぷりあそべるとスムーズに帰れますよ。

Q3 0歳はどんなことをしてあそんでいるの？

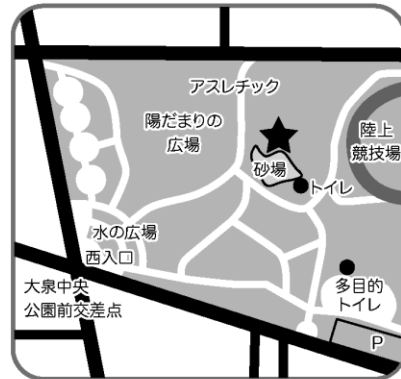
赤ちゃんは五感をほどよく刺激してくれる外あそび。お部屋にはない空や風、木漏れ日、誰かの声。他の子のあそんでいる様子も真剣に見つめていますよ。

Q4 何をもっていけばいいの？

お着替え、濡れたり汚れた服を入れるビニル袋、タオル、飲み物、お昼ごはん、昼食用シート、天気の良い日は帽子もね。おもちゃは持ってこなくてもあそべますよ。

都立大泉中央公園

大泉学園町9-4-3
毎週火曜日 9:30~13:30



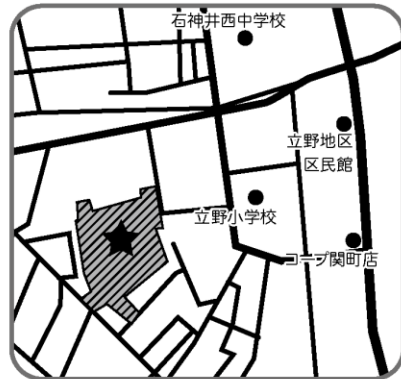
練馬区立中村かしわ公園

中村1-17-1
毎週水曜日 9:30~13:30



練馬区立立野公園

立野町32-1
毎週水曜日 9:30~13:30



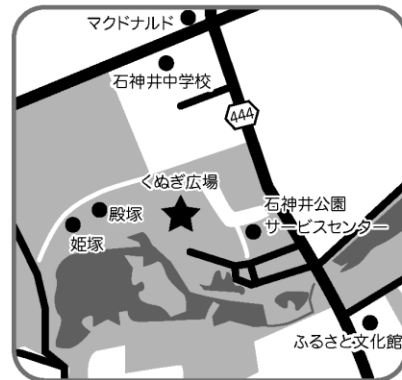
練馬区立井頭の森緑地

東大泉7-26-8
毎週木曜日 9:30~13:30



都立石神井公園

石神井台1-26-1
毎週金曜日 9:30~13:30



都立光が丘公園

光が丘4-1-1
毎週木・金曜日 9:30~13:30



発行 / NPO 法人 PLAYTANK (プレイタンク)
旧: NPO 法人あそびっこネットワーク

住所 練馬区旭町1-16-1
電話 03-3976-3113
(月~金 9:00~16:00)

メール contactus@playtank.tokyo
WEB https://playtank.tokyo
F B fb.com/playtank.tokyo



ホームページ



facebook

おひさまぴよ通信



練馬区外遊び型
子育てのひろば事業

おひさまぴよぴよ

2020年 vol.15

0.1.2.3歳と保護者の方が無料で利用できる
外遊び型子育てのひろば「おひさまぴよぴよ」です。
区内7ヶ所の公園で9:30~13:30開催しています。
開催時間内いつでも出入り自由なので、気軽に遊びに来てください。
開催公園の曜日は裏面をみてね。



外であそんでる？ 心のタンクを満たそう

コロナとの共存生活になって世界中が混乱し何が最善なのか？
ひとりひとりがどう暮らしていけばいいのか？
考え、模索し・・・まだその途中に私たちはいますね。

そんな状況であっても、子どもは生まれ、あそびながら
育っていくことはいつの時代も変わりません。

あそびながら自分を知り、自分以外の人を知り・・・
「自分は大切にされている」「世界は楽しいに満ちている」
と、心のタンクがいっぱいに満たせるよう少しでもお手伝い
ができればいいなと思っています。

物理的な人との距離は守りながらも、いろんな人の中で
子どもたちが育っていくことを「おひさまぴよぴよ」で
できますように。 さあ、お外であそぼう！

【企画】理学療法士さんとあそぼう！

身体の専門家：理学療法士さんが、おひさまぴよにきてく
れます。「歩き方がおぼつかない」「転び方が、危
なっかしい気がする」など、子どもの日頃の様子や発
達で気になることがある方は、どうぞいらしてください。
子どもがあそんでいる傍らで立ち話しながら相談
ができますよ。



豊玉公園/10月6日(火)
立野公園/11月11日(水)
石神井公園/12月11日(金)
※全現場共通10時~13時
HP上での事前予約制です。



バケツにお水を入れたり
タンッ♪ 叩いてあそぶ子も！



振り回す、走る！
外なら思い切りできるね。



「やっていいよ」が多いと思いきり
あそぶ子どもたち！

写真はコロナ禍以前の写真です

「おひさまぴよぴよ」って、どんなところ？

子どもたちが「たのしくあそんで育つこと」を大切にしています。

はじめての外あそびが安心してスタートでき、子どもたちに会った人が少しずつ関わっていく。

外であそびながら自然と地域に仲間が増えていく・・・そんな場所です。

POINT 1

おひびよスタッフがみんなを迎えます

初めて来た方は受付でオレンジのテーブルに名前を書いて見えるところに貼ってね。
スタッフが声をかけるよ。なんでも聞いてね。



POINT 2

あそび道具の用意があります

バケツ、シャベル、ジョウロ・・・
いろんなあそびが展開できるように道具があるよ。
自然素材もあそび道具になるよ～！



POINT 3

みんなで使う大きなシートがあります

貴重品以外の荷物はここに置いてね。
他の家族と離れていれば食事もOK。



POINT 4

お砂場着、帽子、長靴の貸し出しがあります

初めてあそびに来たから何も準備がなかった！
そんなときはスタッフに声をかけてね。
(数に限りがあります)



おひびよの一日

9:30

おひびよスタッフが道具を出すよ。
みんなもお手伝いよろしくね～



好きなことを
してあそびます



11:30 ごろ

おなかのすいたら自由にお昼ごはん。
お弁当を持ってきた、近くで買ってきても。



ごはんの後は、お昼寝するもよし、まだまだあそぶもよし。
疲れたら、好きな時間に帰れるよ。

13:00 すぎ

「またねの会」で手あそび＆わらべ歌をしましょ♪
「おしまい」の心の準備をお手伝いします。



13:30

今日のおひびよはおしまい。
あそんだ道具をお片付けして、さあ、おうちに帰ろう。

コロナ対策

- ・体調が悪い人や家族に感染の疑いがある人は、参加できません。
- ・受付する前に、**手指の消毒**をしてください。
- ・受付では、**体温**を書きます。
検温していない人は、並んで検温してください。
- ・大人は**マスクを着用**してください。
- ・あそび道具を使ったら、**他の子が触る前に洗ってください。**
- ・**食事は家族単位**で、離れて食べてください。
他の家族とのおしゃべりや子どもの行き来もNGです。(昼食用にレジャーシートを持って来るのはOK)
- ・参加者が100人を超えそうになったら、HPと受付にお知らせします。**お知らせが出ている間は、参加を控えてください。**

午前中にたっぷりあそびと生活リズムが整いやすいよ！

スタッフは子どもたちがあそびやすい環境をつくれます。

外あそび Q&A

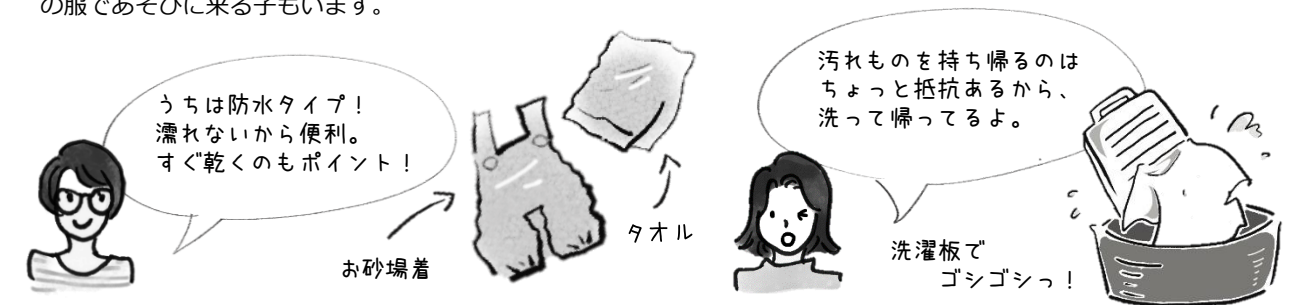
初めての育児に初めての外あそび。

心配なこと、わからないことがいっぱいですよね。

安心して外あそびができるためのコツをご紹介します♪

Q: 外遊びって服が汚れるし洗濯とかも大変じゃない？

「もう！洗濯大変！」とならないために、あそびに来る前の準備と、あそび終わってからの洗濯楽ちゃんポイントがありますよ。お砂場着を着てくれれば洋服が汚れるのを防げますし、あそび終わったら洗濯板があるのでサッと汚れを洗って帰れば、あとは洗濯機がキレイにしてくれます！いつも同じ外あそび用の服であそびに来る子もいます。



Q: まだ歩きはじめだから外は早い？

例えば、子どもたちが歩く地面はでこぼこの土だったり水たまりや芝生、傾斜。そんな時、子どもたちは足の踏み込む力加減や転ばないようにバランス感覚、自分の重心はどこにある？と身体感覚を総動員して歩いています。時には膝を曲げ、両腕でバランスをとって。ね？真っ平らな床やカーペットを歩くのとは同じ歩数でも身体に受ける刺激が違う！子どもたちが転びそうになった時「転ぶから身体を傾けて！」なんて教えずに、子どもたちはいろんな地面を歩き、感じ、自分の身体をどう扱えばいいかわかるようになっていきます。様々な「歩く」を体験するからこそ、転びにくく、しっかりした身体になりますよ。

Q: うちの子、迷惑をかけないかしら？

かつて子どもだった私たちも親から一度は「人に迷惑をかけないように」と言われたことがありますね。子どもたちは楽しくなったり、はしゃぎすぎたりすると本人も気づかないうちに誰かがびっくりして、困っていき・・・でも、本人が気づいて理解する過程も子どもたちの成長に必要なこと。世界に目を向けると「生きていれば人に迷惑はかけるのだから、人のことも許してあげなさい」と教える国もあるそうですよ。同じ時代、同じ地域で子育てしていることも何かのご縁。‘おたがいさま’の気持ちで頼ったり頼られたり、少し肩の力をぬいてあそびに来てみませんか？

ちょっと、まってね。 「あそぶ」気持ちができるまで。

初めての場所。初めて出会う人たち・・・
大人も誰も知り合いのいない集まりに向かうとしたら、ドキドキしませんか？

子どもたちも同じなんですよ。

何をするといい？何が悪い？お父さん、お母さんはいっしょにいてくれるの？まわりの人はどんな人たち？しばらくは、おうちの人の側でじっと様子を見ている子たち。スタッフはあいさつをしますが隠れても大丈夫ですよ(笑)

子どもたちは状況を把握することで少しずつ遊びだします。あ、お水であそんで。あれやってみよう。



ともさん



あの子はキレイなお花を持って集めてる。
楽しそう、マネしてみたいな・・・

状況を把握するまでの時間はそれぞれ違いますが、その場所が本人にとって安心できて、安全な場所だとわかれば、自然とあそびだしますよ。

初めて来たときにだっこを求める子も多いです。
だっこのまま、まわりを見ていると安心だもんね。

ゆっくり、子どもたちの気持ちのペースで、その子のペースで「おひびよ」を楽しんでくれたらうれしいな。