

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ぶとスムーズに帰れますよ。

Q3 何をっていけばいいの？

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。

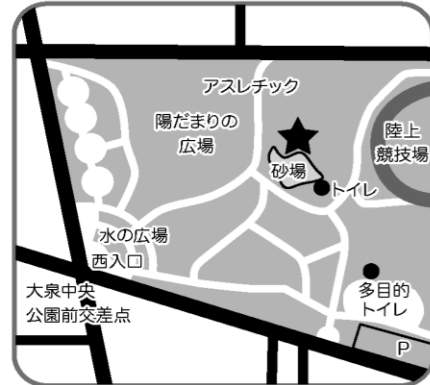
Q4 0歳はどんなことをしてあそんでいるの？

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。

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



練馬区立井頭の森緑地

東大泉7-26-8

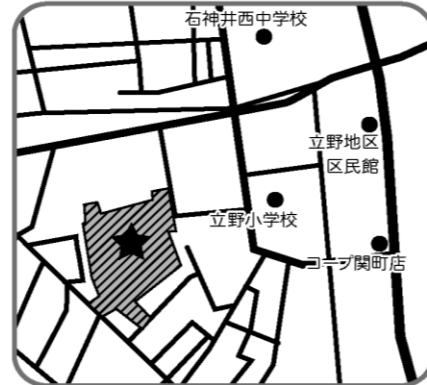
毎週水曜日 9:30~13:30



練馬区立立野公園

立野町32-1

毎週水曜日 9:30~13:30



練馬区立中村かしわ公園

中村1-17-1

毎週木曜日 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



都立石神井公園

石神井台1-26-1

毎週金曜日 9:30~13:30



大切なお知らせ

新型コロナウイルス対策を実施しながら開催をしています。

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。大人の方はマスクを着用してください。遊ぶ前に、受付で手と指の消毒、検温をお願いしています。詳細につきましてはHPの「お知らせ」をご確認ください。今後、開催状況について変更が生じる可能性もあります。ご理解とご協力を宜しくお願い致します。

発行 / NPO法人PLAYTANK (プレイタンク)

住所 練馬区旭町1-16-1
電話 03-3976-3113
(月~金 9:30~16:00)
MAIL contactus@playtank.tokyo
WEB <https://playtank.tokyo>
F B [fb.com/playtank.tokyo](https://www.facebook.com/playtank.tokyo)



練馬区立豊玉公園

豊玉北6-8-3

毎週火曜日 9:30~13:30



おひびよ通信



練馬区外遊び型
子育てのひろば事業

おひさまぴよぴよ

2021年 vol.20

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に開催しています。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。



それ「おひびよ」でやっていいよ!

テーブルからジャンプしたり、部屋の中をドタドタと走り回ったり、おもちゃを投げたり・・・

教えていないのに、やってほしくないことばかりする！子どもと暮らしていると、ほとんどそんなことが続きますね。

テーブルは食事をするところ！部屋の中で走らないで！おもちゃは大切に使う！と注意の連続なんて日も・・・

でも、教えていないのに、自ら生き生きとやっていることは、その子の心と身体にとって、必要なあそびだったりします。

おうちの中では、ごめんね、できないよ。でも、お外なら「いいよ〜！」って言ってあげられるかな。

「いいよ〜！」と言ってあげられるあそびが、ゆったりした時間と空間の中で、存分にできるように『おひびよ』は、開催しています。

決まりのないあそび道具って？

『おひびよ』では、スタッフが近隣の倉庫や車で、あそび道具を運んでいます。

あそび道具の一部には、板材、イス、木製の台、バスマットがあります。これらは、あそび方が決まっていないというのが共通のポイント。

板材なら地面に並べて一本橋に見立てて、その上を歩いてもいいし、地面に押し付けて歩けば道が描ける。それから、基地づくりの材料にもなります。



『おひびよ』のスタッフも、組み立ててみますが、それはあくまでも、きっかけ。

子どもたちの方が柔軟な発想で、どんどん作り変えていきます。「今日は、これで遊んでね！」と用意されたものであそぶより、あそんでいるうちに「ちょっと別の場所につくろうかな?」「こうしたらいいなあ!」と自分でやるほうが断然おもしろいんです。

崩したり、壊したり、組み立てなおしたりしながら、自分の力加減や組み立てた物のバランスなど、いろんなことを知っていくんですよ。

「おひさまびよびよ」って、どんなところ?

子どもが「たのしくあそんで育つ」ことを大切にしています。そして、はじめての外あそびが安心してスタートでき、あそぶ!子どもたちのエネルギーを感じて、いつの間にか、大人もエネルギーチャージ!!我が子の力に気づくこともあるし、気軽に話ができる人もだんだん増えていく、子育てが…なんだか楽しくなってくる!…そんな遊び場です。

はじめて、あそびに来る人へ

●おひびよスタッフがいます

初めて来た方は受付でオレンジのテープ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。

●みんなで使うシートがあります

貴重品以外の荷物は、ここに置いてね。家族単位なら、お弁当を食べるのもOK!

●あそび道具やあそび素材があります

バケツ、シャベル、ジョウロなどのあそび道具があるよ。土や葉っぱ、石や枝も、あそび素材だよ~!

●「初めて貸し出しグッズ」があります

洋服や靴を汚したくないから「お砂場着」や「長靴」を買ってからと考えている人、とりあえずおいでよ!貸し出しますよ。(※数に限りはあります)



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んでます



午前中にたっぷりあそぶと生活リズムが整いやすいよ!



スタッフはオレンジのTシャツ&ウィンドブレーカーを着ているよ!

イベント情報

あつまれ!わんぱく2・3さい!
「ぼかぼか 焚き火であそぼう!」

開催場所: おひさまびよびよ 光が丘公園
開催時間: 10:00~12:30まで

薪になるのはどんな枝かな? どうやって火を大きくするのか知ってる? マッチを擦って火種を作るところから、スタッフといっしょにやってみよう。

保護者の方へ。焚火で食べ物を焼く場合は、全てアルミホイルに包んでください。コロナ感染症対策のため直焼きはできません。

食べ物は各家庭1.2個程度、他の家庭と譲り合って焼いてください。



寒さに負けない! 外あそびファッションのコツ!

おとな 子どもより動きが少ないからしっかり防寒!
あったか~い飲み物も◎おなかの中からぽっかぽかに
ぴったりインナーの上にふんわり重ね着を。
丈の長いアウターやオーバーコートで腰まわりをカバー!

赤ちゃん 中綿入りのつなぎで安心!
防寒のために靴下、レッグウォーマーも忘れずに~!
動くとき暑がる! 身体が小さいからすぐ冷える! 動きやすく脱ぎ着が楽な服がいいよ。
外はウィンドブレーカーで防寒! 肌着+長袖Tシャツを着ていれば空気の層ができて体温の温かさが逃げないよ◎
動きやすいズボンがいいね。お腹、腰回りが冷えないように股が深いものだと外が寒くてもあそべるよ~
オムツは濡れたら替えようね。
上からすっぽり砂場着を着ちゃうのもアリ!

冬の外遊びでこんなイイコト!
外遊び先輩ママたちの声
長靴だとめかるみもOK。足先は冷えていないかな?
●外気に触れるだけで、皮膚への適度な刺激!
●混み合う室内より ウイルス感染の心配が少ない。
●免疫カアップで、風邪をひかなくなった~!
●寒いからこそ体温調節機能がぐんと働く体になる!
●じっとしていると大人は寒い! 子どもとあそんでぽっかぽか!

※コロナ対策として大人はマスクの着用をお願いしています

- ### 気をつけるポイント
- ✓ 服が濡れたままになっていない?
 - ✓ くちびるが紫だったり、ブルッと体を震わせてない?
 - ✓ 遊びはじめは頭や耳、手など末端を温かく。
 - ✓ 遊んで汗ばむと冷えのもとに。子どもが暑がったら、上着を脱いで調節しよう。

ね 根っくら

ゆずらないふたり ~3歳編~

3歳にもなると、自分の主張をしっかり持ち、それを表現できるようになっていきます。

だからこそ、思い通りに行かなくて泣いたり、怒ったりケンカしたりする時期にもなりますね。

ある日の『おひびよ』でも、よくあそんでいる3歳同士が、例にもれず(笑)もめていました。

「ここは、わたしのこうえん!」「ちがう!ぼくのこうえんだよ!」

お互いが自分の公園だと主張していました(笑)

お互いずっと主張を変えません。怒ってます。平行線です。大声で、言い合いが続きます。

と、、、あれ?言い合うスピードが変化したような?もしかして、相手が言い終わるのを待っている?

何度目かの自分の番で、耐えられなくなった女の子が・・・「ぶつぶ!」と笑い出しました。

それをきっかけに男の子も笑っちゃった!ふたりともあんなに怒ってたのに!

はい、これが「自分の主張を吐き出しているうちに、ただ順番に叫ぶあそびになってきて、笑っちゃうという現象」です。ふふふ。

子どもたちは、こんなふうに、大人の仲介が無くても、自分たちの力で解決できることを積み重ねていきます。

誰かが困ったり、傷ついたり、不安な気持ちになっていない限りは、ケンカをしている姿も「成長の証だね!」と、大人が見守ってられる、そんな場所であり続けたいなあと思ったできごとでした。

