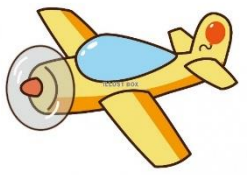




# 育児相談 自宅で行えるシリーズ★第2弾★「親子で乗り物になろう♪」

## Part1

### おやこひこうき



## Part2

### タオルそり



最初は怖がらないようにゆっくりやるのがポイントです。「キューーン!!」と効果音を付けてあげるとより楽しめます☆



バスタオルを用意します。タオルの上に乗ったらお子さんにしっかりタオルを持つように促します。家の中を楽しくドライブしましょう♪

ひこうきをお子さんが怖がらなければ、上下左右に大人の足を動かしてダイナミックにフライト!!





育児相談

自宅のできるシリーズ★第2弾★「親子で乗り物になろう♪」



お布団ハンモック



おやこバス



お布団ハンモックは人気がある遊びなので是非やってみてください☆  
歌を歌いながらゆっくり左右に揺らします。「今から持ち上げるよ」や「3、2、1おしまーい」と事前に教えてから上げ下げしてあげてくださいね★

定番の「バスにのって」の曲に合わせて「ゴー！ゴー！」と元気よく楽しみましょう☆  
乗り物や歌を変えてアレンジしてもOK!!!





育児相談

自宅で行えるシリーズ★第2弾★「親子で乗り物になろう♪」

Part5

スーパータクシー



スーパータクシーは難易度高めです！この姿勢が基本姿勢になるので、大人の方もストレッチをしてから取り組むように気を付けましょう！

お子さんを乗せたまま歩くのはキツイですが、大人にとってもいい運動になります☆と言っても安全第一なので、怪我には十分気を付けて行ってください。



対面で行うとお子さんが安心して乗ることができるので、まずはここから始めるのもいいですね★

