

春一番が吹き、練習する鶯の鳴き声がだんだん上手になってきて、楽しい春の到来と思っていた矢先、新型コロナウイルスの心配がやってきました。

たくさんのイベント開催が中止になったり、家族でのお出かけを取りやめたり、お仕事が大変だったり、どのご家庭でも何かしらの影響を受けていることでしょう。仕方ないと大人なら我慢することも、小さなお子さんは理不尽に楽しみを奪われたと感じるかもしれませんね。

そんな時は保護者の工夫で、お子さんがお家でも楽しめることを考えてみてはいかがでしょうか。コツは大人も童心に帰り一緒に楽しむこと！



### 提案その1 <身体を使って遊ぶ> \*安全を確認しながら怪我の無いように！

パパママのトンネルくぐり…股開きのトンネル、お馬のトンネルなど。

やきいもころころ…大人も一緒にころころ。意外と目が回ります。

風船バレーボール…ゆっくり降りてくる風船は室内でも割りと安全。

ゆらゆらハンモック…シーツなどの布にこどもを乗せておとな二人でゆらゆら。

そり遊び…タオルケットにこどもを乗せて床をゆっくり引きずります。

### 提案その2 <家族みんなでかたづけごっこ>

家の片づけはこんな時がチャンスかも知れません。

あら、こんなところにあった！迷子になっていたおもちゃが見つかることも。

模様替えや収納の工夫で暮らしやすくなったり新鮮な気分になれるかも。

終わったらご褒美にみんなで好きなものを食べよう！



### 提案その3 <ホームパーティー>

いつものご飯をパーティーと名付けて楽しむ。

例えば「カレーパーティー」「餃子パーティー」・

「お鍋パーティー」などなんでも。但し、お花を1輪食卓に飾ったり、果物などのデザートもプラスするなど、普段とちょっと違うことで雰囲気作りを。

宴会のようにみんなで歌を歌うのも楽しいですね。