

〈音楽〉で親子のスキンシップを豊かに

乳幼児は、ママとのスキンシップが大好き。なでなでしたり、ギュッと抱きしめたり、ママの話しかける声や笑顔で、赤ちゃんや子どもたちも笑顔いっぱいになります。親子のスキンシップに〈音楽〉が加わると、ママの愛情

表現がさらに豊かになります。〈音楽〉に合わせて自然に体をゆらゆら揺らしたり、トントンと子どもにやさしく触れたり——ママが音楽にあわせて、気持ちよく体を動かせば、赤ちゃんにもその気持ちが伝わります。

●みんなで歌ってリラックス●

「ぼかぼか広場」では、開場して親子が集まってきたところに、「ぼかぼか広場のテーマソング」をみんなで歌います。楽しく明るい雰囲気の中で、曲が始まるとともにママの顔もほころび、広場全体がぱっと明るく、柔らかいものになります。集まった親子も、自然にリラックスした気持ちになってきます。

□『ぼかぼかあいさつ』□

まずは、スタッフの歌に合わせて手拍子してみます。

歌の途中で「こんにちは」と親子、友だち同士であいさつをするところがあります。楽しい歌のなかなので、メロディーにのせて恥ずかしがらずに声を出せます。初めて会った親子とも気軽にあいさつをすることができます。歌は短く、簡単なものなので、ママはすぐに歌えるようになります。ママのやさしい歌声をきくと、子どもたち

■ぼかぼかあいさつ■

曲・詞：佐久間 智子

に に に に え が お が あ つ ま っ て こ っ ち ら ぼ か ぼ か あ い さ つ た か い
 こ ん に ち は さ よ う な ら こ ん に ち は さ よ う な ら こ ん に ち は さ よ う な ら

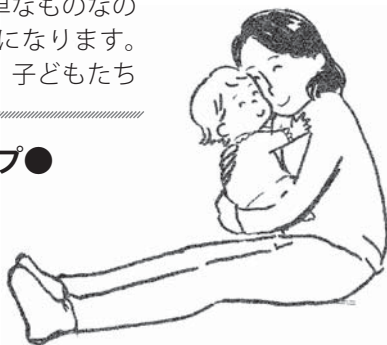
も楽しくなってきます。「歌は上手じゃないから」「人前で歌うのは恥ずかしいから」という声をよく聞きますが、美しい声、大きな声で歌うことが目的ではありません。子どもたちは、「ママの声」がいちばん好きなのです。自分の子どもに聞こえるように、やさしく歌ってあげましょう。

切なことです。遊び歌『ママとぼく』は、歌を口ずさみながら、親子のスキンシップをはかることを目的としています。歌詞にあわせて、たくさん手で優しくなでてあげたり、パパやママの肌で優しく包んであげてください。

●遊び歌で、スキンシップ●

□『ママとぼく』□

赤ちゃんや子どもたちにとって、パパやママと肌が触れ合うことはとても大



■ママとぼく■

曲・詞：佐久間 智子

が が が が べ な か ま せ ら わ た た ら ぼ く は は なん だ だ か か い い き き も も ち
 が が が が べ な か ま せ ら わ た た ら ぼ く は は ます ま す す す い い き き も も ち
 マ マ の お ひ ざ で と ん と ん と ん も い ち ど お お き く と ん と ん と ん
 マ マ と い っ し ょ に い る だ け で ぼ く は なん だ か い い き き も ち

〈音楽〉は、親子のスキンシップを楽しくするツールの一つ。愛情たっぷりのスキンシップは、子どもの“安心する気持ち”を育て、親子の信頼をつくります。子どもは気持ちが満たされれば、自分に自信がついたり、人とコミュニケーションをとりたくなります。〈音楽〉は、親子のスキンシップをさらに楽しくするための、ツールの一つです。難しく考える必要はありません。ママが好きな音楽を口ずさんでみたり、曲に合わせて親子で動いてみたり……お気に入りの音楽にのせて、親子で楽しい時間を過ごしましょう。