

# ふあふあ 7月号



【発行】仙台市子育てふれあいプラザ のびすく仙台

住所：仙台市青葉区中央2-10-24 仙台市ガス局ショールーム3階 TEL：022-726-6181 FAX：022-214-5071

利用対象：主に乳幼児とその家族 開館時間：9:30～17:00（一時的に16:30まで）休館日：月曜日、祝日の翌日および年末年始

## 🎈\*🎈\*🎈\*🎈\* お外あそびを楽しもう♪ 🎈\*🎈\*🎈\*🎈\*

雨の多い季節になりました。雨が続いてしまうと、どうしても家にこもりがちになってしまいます。そんな時は、傘をさして近くの公園を子どもと一緒に散歩してみてもいいでしょう。

緑いっぱいの中を歩くだけでリフレッシュできます。晴れた日に行くと、また違った発見があります。親子で「お外あそび」を始めてみませんか？

### お外遊びの持ち物

- 着替え
- おむつ
- 飲み物

(子ども用と大人用)



### お外遊びの(あったらいいな!)持ち物

- 汚れてもよい服!
- 折り畳みのピクニックシート
- おみやげや汚れ物を入れるビニール袋

### ～上級編～

- 小さなおにぎりやおやつ
  - ペットボトルに入れた水
- (水場がないところで便利!  
ケガをしたときもすぐに洗えます。)



### 子どもが遊びを見つけるポイント!

空を見上げたり、風を感じたり、ざらざらする葉っぱを触ったり、赤ちゃんは自然のなかにある「楽しさ」を発見すると、どんどん興味を広げていきます。

手を伸ばしたり、はいはいしたり、歩いたり…遊具がなくても「遊び心」の種を育てていきますよ。

身近にある公園をだっこでお散歩したり、クローバーやまつぼっくりなどを見つけて、親子で触ってみるのもいいですね。

西公園プレーパークの会プレーリーダー  
佐々木 啓子(すず)



昨年秋のお外遊びでは、赤ちゃんは葉っぱやお花、松ぼっくりを触ったり、少し大きい子は木の实拾いをしたり、落ち葉シャワーを楽しんでいました。

### のびすく仙台 7月の外遊びイベント

7/14(金)「あおぞらのびすく」場所：錦町公園

詳細は裏面のイベントカレンダーまたはのびすくホームページをご覧ください♪



だっこして、お家の周りを1周だっこして楽しい外遊びです!

- のびすく宮城野** 仙台市宮城野区五輪2丁目12-70 原町児童館内  
TEL:022-352-9813 FAX:022-352-9812
- のびすく長町南** 仙台市太白区長町7丁目20-5 ララガーデン長町5階  
TEL:022-399-7705 FAX:022-399-7706
- のびすく泉中央** 仙台市泉区泉中央1丁目8-6 泉図書館3階・4階  
TEL:022-772-7341 FAX:022-375-0671
- のびすく若林** 仙台市若林区保春院前T3-1  
若林区中央市民センター別棟等複合施設2階  
TEL:022-282-1516 FAX:022-282-1609



### ラジオFM放送 「のびすくネット仙台」

◎毎週月曜 PM4:40～(約7分)  
周波数:76.2MHz(ラジオ3)  
放送エリア:仙台全域  
※西部の一部地域を除く

- 7月放送予定
- 7/3 「病児・病後児保育」  
幼保企画課
  - 7/10・17 「地域子育て支援拠点」  
運営支援課
  - 7/24・31 「すくすくさぼーと事業」  
すくすくサポート事務局