

0・1・2 歳児の初めてのお話えほん

ひかりのくに **プネパオ**



5領域
との関わり

せいかつえほん

テーマ：あいさつ

おはよう! 指導計画案例：あいさつに親しむ

p.2-3など
あいさつのページ

ねらい

あいさつに親しむ

活動内容

動物ごとのあいさつに注目する



環境や援助

- * いろんな動物や人間の親子があいさつをする場面では、明るく元気な声で読む。
- * うさぎは優しい声で、ぞうは大きな声で、など動物によって変化をつけて読む。

p.12-13

ねらい

ふれあいの楽しさを感じる

活動内容

絵本のまねをしてふれあう



環境や援助

- * 親子の触れ合いの場面では「つん つん つん」と読みながら、実際に子どもの手や顔をなでであげたり、鼻をつんつんとしてイメージがつかみやすくする。

健
人
言
表

プチパオ読んで

プチパオで
つながる
園と家庭

幸せホルモンプラス

おうちでプチパオを楽しむポイントをご紹介します。コピーしたり、切ったりしておたよりなどにお使いください！



動画で
チェック！

「幸せホルモン」、オキシトシンという物質をご存知ですか？オキシトシンは、今、とても注目されている物質です。

オキシトシンはさまざまな効果がありますが、特に子どもにとっては親への愛着を築いたり、ストレスを軽くしてくれたり、免疫力を高めたりする効果があります。パパママにとっても、子どもへの愛情や絆を強めたり、子どもの気持ちの変化に敏感になったりする効果もあるのです。

そしてオキシトシンは、親子でのふれあいでたくさん分泌されるんです。プチパオには、オキシトシンの分泌を効果的に促してくれる、ふれあいのヒントがいっぱい入っています。このコーナーでオキシトシンの分泌を促すようなプチパオの活用の仕方について紹介していきます。



4月号 ふれあい遊び 「おはよう あいさつ」

4月号は「おはよう」のあいさつのお話です。あいさつはお互いに認め合う大切な習慣です。1日の始まりを、明るく幸せな気持ちでスタートできるように、ふれあいの工夫を試してみましょう。

たとえば絵本の最後のページのように、「〇〇ちゃんのかわいいあいさつ（おはよう）うれしいな！」と言いながらぎゅっとハグしたり、ハイタッチをしたりしてパパママの喜びを伝えると、あいさつが楽しくなって親子で幸せな1日をスタートできますね。



山口 創

桜美林大学リベラルアーツ学群教授。専攻は健康心理学、身体心理学。幸せホルモンとふれあいの関係について研究している。「幸せになる脳はだっこで育つ」（廣済堂）など著書多数。「すくすく子育て」「あさイチ」などへの出演、各種雑誌媒体の監修もやっている。