



室内遊び～感触遊び～

梅雨の時期は、室内で過ごすことが多くなるかと思えます。そんな時、室内ではどんなことをして遊ぶか迷うことはありませんか。今回は感触遊びをご紹介しますが、感触は五感という触覚に位置づけられますが、その五感を刺激することにおいて、子どもにどんな影響を与えるのかも含めてご紹介いたします。

～五感とは?～

五感とは、視覚、聴覚、触覚、味覚、嗅覚です。

この5つの感覚をまんべんなく刺激してあげることで脳にさまざまな情報が入り、脳がどんどん活性化され※ドーパミンが出せるようになります。実際に、0歳の段階ではどれぐらい鍛えられているのかわかりづらいのですが、脳科学の研究では生まれてすぐの瞬間から五感をフル活用している、といわれています。

五感を感じると脳の回路もまた、5歳までにほとんど完成するといわれています。そう考えたら、乳幼児期に五感を刺激することがいかに大事かがよくわかります。

※ドーパミン…脳内の神経伝達物質で、うれしいことや楽しいことがあると分泌されることから、「脳内報酬」と呼ばれています。このドーパミンが出れば出るほど、私たち人間は物事に対する意欲が高まり、何事にもおいて積極的に取り組めるようになります。

～感触遊び～

<パルプ粘土>

【材料】水・トイレットペーパー（できれば再生紙でないもの）・でんぷんのり
【器具】桶または、バケツ



【作り方】

- ① トイレットペーパーを芯からほどきます。
☆手や足に巻き付けたり、トイレから隣の部屋まで引っ張ったりして楽しもう！
- ② バケツにほどいたトイレットペーパーと水を入れます。（コツはひたひたになる程度の水加減と、トイレットペーパーをちぎって入れることです）
- ③ トイレットペーパーを溶かすように混ぜ合わせます。
- ④ 軽く絞ります。あまり絞すぎると固くなるので気を付けてください。（ここがコツ）
☆千切ったり、水に浸したり感触の違いを楽しもう！
- ⑤ でんぷんのりを入れます。結構な量を入れますが一度にたくさん入れない様にしましょう。
- ⑥ 混ぜるようにこねていき、いい感じの粘りがでてくると完成です。
☆のりを入れた時の不思議な感触を味わう！
☆絵の具で色付けて見ると見立て遊び等遊びが広がります。



<2. 色付き寒天>

【材料】粉末寒天・水・食紅
【器具】バット・お玉・お鍋



【作り方】

- ① バット一つに対して、小さじ1～2杯の食紅を入れます。濃くしたい場合は量を調節してください。
- ② 粉末寒天は代替袋につき500mlの水を加えます。そして鍋に入れて、火にかけてかき混ぜながら溶かしていきます。
- ③ 1～2分するとすぐに沸騰するので、沸騰したらすぐに食紅をセットしたバットの中に流し入れて常温で置いておきます。
- ④ 固まったら完成です。
☆色付けの際は、0歳児の小さなお子さまは口に入れて確かめることもありますので、万が一口にいても大丈夫ように安全性を考慮して食紅で色付けしています。
☆手で潰したり、足で踏んだりして冷たい感触を味わえます。
☆ままごとの食器などを使って見立て遊びを楽しめます。