

## 感触遊び～身近なモノに触れる～【触覚】

触覚は、五感の中でも目で見て、耳で聞き、鼻で嗅いだものを手で触って確認することで多くの学びの助けになっている重要な感覚です。今回は「子どもの触覚」「感触遊びの大切さ」について、お話しします。

### 《触覚を刺激する》

生まれたての赤ちゃんは、自力で身体を動かすことはできませんが、手の平、足の裏、唇、舌などの触覚（皮膚感覚）は大人以上に敏感です。例えば、赤ちゃんの手の平にチョンッと指先で触れただけで把握反射（手の平に触れた物をギュッと握る原始反射）が起こります。暑いや冷たいという感覚も生まれた時から備わっており、月齢を経るにつれて感度が上がっていきますし、痛覚も生後1週間前後から一気に敏感になるものです。このように、赤ちゃんの触覚（皮膚感覚）は新生児期からしっかり機能しており、適切な方法で刺激を与えることで脳に情報が伝達され、脳の活性化につながります。色々な物に触れさせることで、脳の皮膚感覚野などが刺激されていきます。また、敏感な手の平や足の裏、唇、舌、口の中を中心に、色々な物に触れさせてあげることが大切です。特に、物の大きさや形、重さなどを確認するのに重要な手には、たくさんの物に触らせてあげましょう。赤ちゃんは、ある時期が来ると、手で掴んだ物を口に入れて大きさなどを確かめようとします。その行為自体は、脳の感覚野の発達を促すために重要ですが、誤飲のリスクや衛生面の問題があるため、慎重に対応してあげる必要があります。



### 《感触遊びの大切さ》

感触遊びとは、感覚遊びのひとつで五感（視覚・聴覚・嗅覚・触覚・味覚）をフルに使って遊べる遊びです。乳児期から感触遊びを行い、たくさんの物に触れてきた子どもは、刺激をたくさん与えられ好奇心旺盛で、何にでもチャレンジしようと新しい試みを持つことが出来るようになります。また、想像力など考える力が備わり、新しい出来事にも動じずに受け入れるようになります。逆に感触遊びを拒んでいた子どもに関しては、新しい出来事に対応できず受け入れにくくなってしまう傾向がみられます。

感覚遊びが苦手な子どもに対しては、子どもの様子を見ながら興味を引き出せるように言葉を掛けたり、楽しい雰囲気作りをしたりしていきましょう。

沢山の感触遊びの種類を繰り返し遊んでいく中で、体験をたくさん増やし、五感を使って楽しく遊みましょう。

感触遊びを  
楽しもう♪



### 自然と遊ぼう！！

☆砂や泥、水や草花など、散歩や戸外遊びでたくさん自然に触れてみましょう。例えば、色々な種類の葉っぱを触って「ツルツルしているね」「大きな葉っぱだね」などと言葉で伝えながら、子ども達と一緒に感触を味わってみて下さい。

### 作って遊ぼう！！

#### ウォーターマット

<作り方>

- ・圧縮袋の中に水やスポンジなどを入れる。
- ☆指でツンツンと触ってみたり、圧縮袋の上に寝転がって冷たさを感じたりして遊びます。



#### パルプ粘土

<作り方>

- ・トイレットペーパーやフラワーペーパーをちぎって水を入れて混ぜる。
- ・軽く絞る。
- ・でんぷん糊を混ぜ込む。
- ・好きな形を作って遊ぶ。
- ☆紙をちぎる感触やでんぷん粉を混ぜた時のベタベタした感触を楽しみながら遊びます。

