

保健センターだより ～子育て情報誌～

＊ ＊ 遊びを通して伸ばそう！ ＊ ＊

子どもの発達にとって、遊びはなくてはならないものです。子どもは遊びを通して、五感の働きや運動能力、指先の器用さ、意欲、忍耐力、社会性、生活習慣、ルールなど様々な能力を身につけます。

自分で体験することで、子どもは自分の判断がよかったのかどうか確認しています。上手くできても、失敗しても自分でやってみて考える、この体験を繰り返すことで、子どもは人間らしく生きる脳（大脳の前頭葉）を育てています。

過去の記事はコチラ
(市ホームページ)



《どんな遊びが脳や体を育てるのでしょうか？》

	脳	目	皮膚
外遊び 	<ul style="list-style-type: none"> ・走る、ジャンプ、投げる、引っ張る、運ぶ、押す、積む、ぶら下がる、階段の昇り降り ・脳全体（特に前頭葉）をバランスよく使っている <p>↓</p> <ul style="list-style-type: none"> ★自分で考える力（思考力）、想像力が育つ。 ★自分の意志で体を動かす運動領域が育つ。 	<ul style="list-style-type: none"> ・遠くや近くのもの（虫、鳥、車、飛行機など）を見る ボールを転がす <p>↓</p> <ul style="list-style-type: none"> ★動体視力が育つ（動くものを正確に見る力） ★危険を避ける力、スポーツを楽しむ力になる 	<ul style="list-style-type: none"> ・しっかり汗をかくことで、汗腺の開閉がよくなる <p>↓</p> <ul style="list-style-type: none"> ★体温の調節がうまくできるようになる（3歳までに完成） ★風邪をひきにくくなる
室内遊び 	<ul style="list-style-type: none"> はさみ、のり、テープ、クレヨンなど道具は指先を使い前頭葉を刺激 お人形遊び、おままごと、ごっこ遊び、読み聞かせなど <p>↓</p> <ul style="list-style-type: none"> ★自分で考える力（思考力）、創造性が育つ ★コミュニケーション、感情の理解が育つ 	<ul style="list-style-type: none"> 積み重ねる、組み立てる（積み木、ブロックなど） <p>↓</p> <ul style="list-style-type: none"> ★空間認知、立体構成力が育つ <p>※空間認知は、物体のある場所、向き、大きさ、姿勢、形、速さ、物体同士の間隔など素早く正確に認知する能力。 ※立体構成力は、積み木などを使って立体的に作る力。</p>	<ul style="list-style-type: none"> 家の中で冷暖房の行き届いた環境にいと汗腺の開閉がうまくできない <p>↓</p> <ul style="list-style-type: none"> ★熱中症、低体温になりやすい 
テレビ DVD スマホ 	<ul style="list-style-type: none"> ものを見るときは後頭葉、音を聞くときは側頭葉が働く その他の脳はほとんど働いていない <p>↓</p> <ul style="list-style-type: none"> ★知る、覚える能力が主として育つ ★運動野（前頭葉）の刺激が減ることのでらった姿勢になりやすい 	<ul style="list-style-type: none"> 画面を見続ける（一定距離・一定方向）ため一部の目の筋肉が緊張している <p>↓</p> <ul style="list-style-type: none"> 目の筋肉が疲れてかたくなっている <p>↓</p> <ul style="list-style-type: none"> ★動くものを見る（遠視）視力がそだたない 	

参考文献：子どもノート



天草市の乳幼児健診の情報、子育てのイベントを逃さず知りたいな…

天草市の母子手帳アプリ「**ココてらす**」がおすすめ！

子育てに役立つ機能がたくさんあります♪

★地域の育児情報をお届け…

お子さんの健診日のお知らせ機能や、天草市のイベント情報など見ることができます。



アプリストアから、「母子モ」で簡単検索！

母子モ 検索





天草市のママ&パパへ

利用料金
無料!



妊娠から出産、子育てまでをフルサポート

天草市母子・子育て支援アプリ

ココてらす

天草市が提供するアプリなので安心!

天草市の子育てに必要な情報を一目でチェックできます。

日々の記録や、大切な思い出の保存、予防接種のスケジュール管理など、

これからの子育てに役立つ機能が沢山あります! 是非、紙の母子手帳と併せてお使いください。

こんなお悩みを解決するアプリです!

子どもの成長や、
一生に一度のイベントを
大切に記録したい



妊娠中の身体の状態って
どうなってるの?
自分の身体のことだから
ちゃんと知っておきたい!



これから必要になる届出や
手続きの情報など
子育てのイベントを
逃さず知れたらいいのに...



予防接種って
種類が多くて複雑!
もっと簡単にスケジュールを
立てられたらいいのに...



アプリストアからダウンロードして、カンタン登録!



＼ 母子モ(ボシモ)で検索! /

母子モ

検索

or

QRコード
から



Web版はこちら

> URL <https://www.mchh.jp>

外国語でのご利用も可能! 英語・中国語・スペイン語などの12言語に対応しています。

This service supports 12 languages including English, Chinese, Spanish, etc.

※本サービスはGoogle社のウェブサイト翻訳ツールを使用しています。Google翻訳サービスをご利用の際には、Googleの利用規約をご確認ください。

Apple および Apple ロゴは米国その他の国で登録された Apple Inc. の商標です。App Storeは、Apple Inc.のサービスマークです。Google Play および Google Play ロゴは Google LLC の商標です。

サービスに関するお問い合わせ

株式会社エムティーアイ コンタクトセンター
E-mail: boshi_info@cc.mti.co.jp

その他お問い合わせ

天草市中央保健福祉センター 健康増進課 電話: 0969-24-0620
受付時間: 平日 8:30 ~ 17:15 (土日祝日・年末年始を除く)