



おやこで あそぼう

# おうちでフラガ

vol.35

作成:杉並区子ども家庭部児童青少年課



2歳以上向け

※自分の力でしがみつける  
ようになってから挑戦しましょう。



~今回のテーマ~

おうちで遊園地②

## 「アームスインガー」

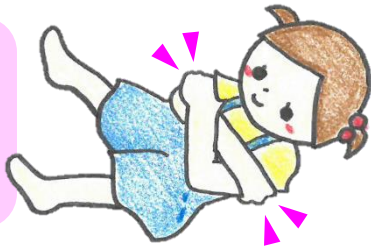
☆準備・・・けがをしないように、しっかりと準備運動やストレッチをしましょう。

☆遊ぶ時の注意点・・・ぶつからないように、周りに気を付けてあそびましょう！



### ① 子ども→腕を組みます。

左右の  
二の腕を  
しっかりと  
つかみます。



※①~④のイラストは全て、  
右手で回す場合です。

### ② 大人→子どもの腕をつかみます。

子どもの腕の下側から  
手を入れます。  
右手でまわす場合は  
右腕を、左手でまわす  
場合は左腕をつかむと  
まわしやすいです。



### ③ 子ども→大人の腕を中心に 足を交差させてしがみつきます。



※まわる前に…  
大人が腕を少し持ち上げてみて、  
子どもが自分の力でしがみついて  
いられるか、確認しましょう。

### ④ 大人→その場で体ごと 内側にまわらしましょう！

はじめは  
ゆっくり  
まわらしましょう。  
慣れるまでは、  
反対の手で背中を  
支えてあげると  
安定します。



### ゆうライン

ご紹介します♡

杉並子ども家庭支援センターの「子どもと家庭に関する総合相談窓口」です。  
お子さんのこと、子育てのこと、ご家族のことなど、  
一人で悩まず、お気軽にご相談ください。

☎5929-1901

月曜～土曜の午前9時～午後7時（祝日・年末年始を除く）



今回のおうちでプラザは  
子ども・子育てプラザ下井草  
の職員が作りました。

