

子育ての ワンポイント



【多摩区の地域子育て支援情報】は
こちらから

こども未来局
保育・子育て推進部

2025年1月
多摩区公立保育園

問合せ・多摩区保育総合支援担当 044 (935) 3104

2025年がスタートしました！

寒さの厳しい季節ですが、大人も子どもも元気に楽しく過ごして、
良い一年にしたいですね。



季節行事を楽しもう！

お正月、節分、ひなまつり…いろいろな行事がありますが、身近なものを使って、お子さんと一緒にこの時期ならではの遊びを楽しんでみませんか？
保育園で楽しんでいる制作をご紹介します！！

おしょうがつ

紙皿でこま回し

紙皿の中央にペットボトルのキャップを貼りつけます。キャップを持ってクルクル回して遊びましょう！紙皿に絵や色を付けると模様の変化が楽しめます。大人が回して見せてあげてもいいですね。



ビニール袋で風揚げ

取っ手付きビニール袋にひもを結びつけます。ひもを持って走ればビニール袋がふわふわ浮かんで手軽な風揚げが楽しめます！

せつぶん

紙袋で鬼のかぶり物

紙袋に目や顔が出るような位置で穴をあけます。色紙で作った角や模様をつけたら、鬼のかぶり物の出来上がり！



新聞紙で豆まきごっこ

お子さんの持ちやすい大きさに新聞紙を丸めます。
「おにはそとー！ふくはうちー！」のかけ声で、思いきり投げて遊びましょう！

ひなまつり



折り紙で手作りおひなさま

好きな形に折った折り紙に、色紙で作った顔をつけたらおひなさまの完成！模様のついた折り紙を使ったり、顔をお子さんと一緒に描いてみたり、アレンジ次第で素敵なオリジナルおひなさまになりますよ。

手洗い・うがい・生活リズムで丈夫な体を作ろう！！

気温が下がり、空気が乾燥するとウィルスが活発になり、感染症が広がりやすくなります。小さいうちから感染症予防に適した生活習慣を身につけて、丈夫な体作りをしましょう！

生活リズムを整えよう！

規則正しい生活で心も体も調子を整えましょう！
夜、布団に入る時間から逆算して、食事やお風呂の時間を決めていくとリズムが作りやすいです。
ぐっすり眠るには、日中にしっかり活動することも大切です。寒さに負けず、元気に体を動かしましょう！

手洗い・うがい

丁寧にできているかな？
大人と一緒にやってみせると興味を持ち、真似をしながら覚えられますよ



※子ども（3歳頃）の口の大きさは直径約4cm。これより小さいものは子どもの口に入ると誤飲の可能性があります。ペットボトルキャップやシールなど、小さい物の取り扱いには十分気を付けましょう。

イラスト出典：メイト