

健康で元気なからだづくり！子育て情報フリーペーパー

#ミライキッズ

さんいん
2025

#さんいん #08 #春号

ぽかぽか
かぽか
かぽか



親子でふれあい遊び♡
くわしくは中面マ!

#ミライキッズ Project

明日のミライを生きる、
子どもたちのために。

ミライキッズってなあに?

子どもたちが健やかに成長し、自由な夢を描くことができる未来をつくることを目的に、「ミライキッズ」は、地域と一体になり子どもたちの心身の健康、体力向上をめざすプロジェクトです。

気力・知力をのばすにも、体力は基礎。ミライキッズさんいんでは、体を動かす楽しさや大切さを知ってもらおうと、山陰エリアにおいて子ども体力測定を実施したり、フリーペーパーによる情報発信を行ったりしています。

全国19都県で #ミライキッズ が実施されています!



▲ 他地域でのこれまでの取り組みの様子 ▲

#ミライキッズプロジェクトについての情報や、
全国のようす、子育てに関するコラムなど
役立つ情報が満載!

WEBも
check!



「ミライキッズさんいん」プロジェクトは、鳥根県・鳥根県教育委員会・松江市・松江市教育委員会・公益財団法人鳥根県スポーツ協会・鳥根県スポーツ少年団の後援をいただいています。

ミライキッズ 2025

パートナー-教室情報局

さんびるアカデミー-卓球塾

卓球は気軽に始められる今大人気のスポーツ!!キッズ初心者教室に通う生徒さんは現在約70名!全国大会で優勝、入賞経験のあるスタッフが、ラケットの持ち方から丁寧に指導します。

【対象】年中~小学6年生
【日時】17:00~18:30(水曜日・木曜日)
10:00~11:30(土曜日・日曜日)

事務局:松江市乃白町薬師前3-3
☎0852-67-5880

バルシューレSKSS

ドイツ生まれの運動プログラムがあり、運動が苦手、運動をこれからはじめる子へのスポーツの入り口となるボール教室です。「できた」「できる」の実感を大切にします!

【対象】3才~小学3年生 【日時】松江校
水・金・土曜日 日曜日
幼児 16:30~ 17:40~
小学生 17:40~ 9:30~/14:00~/15:10~
水・金曜日は送迎あり 小学生 10:40~

事務局:松江市乃白町薬師前3-3
☎0852-20-7782(平日)/080-2900-2543(土日)

さんびるSUNキッズ

マット運動やなわとび、体幹トレーニング、アジリティトレーニングなど、他では経験することのないさまざまなメニューで、子どもたちの身体能力を伸ばします。運動が苦手な子どもも安心して楽しくからだを動かせます!

【対象】年少~小学校3年生
【日時】幼児コース 16:30~17:30(火曜日)
小学生コース 17:30~18:30(火曜日)

事務局:松江市乃白町薬師前3-3
☎0852-20-7782

スターワン キッズスポーツ

子どもたちにスポーツの楽しい!出来た!をサポートします。

- キッズクラス(平日クラス)
...色々なスポーツを体験
- チャレンジクラス(土日クラス)
...苦手克服を目的
- バスケットボール基礎クラス

開催場所:松江市総合体育館(ほか)
✉starone.kidssports@gmail.com

各クラス
スケジュールに
沿って開催!



ミライキッズさんいんプロジェクトの テレビCM放映!

リニューアル!昨年末~今春、TSKで放送されました。
園でミライキッズ子ども体力測定に取り組んでくれている
育英幼稚園のお友だちが協力してくれました!



わたしたちは、さんいんの子どもたちの未来を応援しています! ※順不同

Energia 中国電力 雲南石油 創価学会 たくわ小児科クリニック

木村医院 さんびるグループ MiC ミック YATYUKA 株式会社 八束電工

うえだ内科ファミリークリニック wide 株式会社 日本ワイドコミュニケーションズ muse

山陰のプロジェクトを共に盛り上げてくださるパートナー募集中! 【自社イベントで体力測定会を企画されたい方もお気軽にお問い合わせください】

運営・発行
ミライキッズ
さんいん
実行委員会

TSK
さんいん中央テレビ
山陰中央テレビジョン放送株式会社
鳥根県松江市向島町140-1

株式会社メディアスコープ
鳥根県松江市北陵町51-3

株式会社 ころもプラス
神奈川県横浜市中区山下町162-1-207

お問い合わせ
☎ info@ms-ltd.co.jp ☎ 0852-31-9011(株式会社メディアスコープ 担当:中村)
発行日:2025年3月 株式会社メディアスコープ 冊子制作:株式会社 吉田写真堂 / YOSHIDA DESIGN BU
体力測定実施、協賛申込など、お気軽にお問い合わせください。



アタッチメントの形成 Attachment

愛着

「触れ合いの中で生まれる、確かなぬくもり」

令和5年12月に「幼児期までのこどもの育ちに係る基本的なビジョン、いわゆるはじめの100か月の育ちビジョン」が閣議決定されました。その目的と意義は次のとおりです。



目的
全てのこどもの誕生前から幼児期までの「はじめの100か月」から生涯にわたるウェルビーイング※(身体的・精神的・社会的に幸せな状態)の向上を図ること

こども基本法の理念ののっとり整理した5つのビジョンとは次のとおりです。

- 5つのビジョン**
- 01 こどもの権利と尊厳を守る
 - 02 「安心と挑戦の循環」を通してこどものウェルビーイングを高める
 - 03 「こどもの誕生前」から切れ目なく育ちを支える
 - 04 保護者・養育者のウェルビーイングと成長の支援・応援をする
 - 05 こどもの育ちを支える環境や社会の厚みを増す

この5つのビジョンの二つ目に「安心と挑戦の循環」を通して、こどものウェルビーイングを高めることが示され、次の点が強調されました。

乳幼児の育ちにはアタッチメント愛着の形成と豊かな遊びと体験が必要



☆子どもの豊かな心を育む(愛着形成)「ふれあいあそび」がとても大切です。驚くことに、この「ふれあいあそび」ができれば、こぼれもたない赤ちゃんとも、しっかりと心をつなげることが出来ます。



ここでは、アタッチメント(愛着)と「安心」を育てる「親子ふれあい遊び」をあらためて紹介します。

04 「ふれあいあそび」お子さんと一緒に楽しみましょう

ひっくり返されないようにガマン おへそとっちゃんぞ



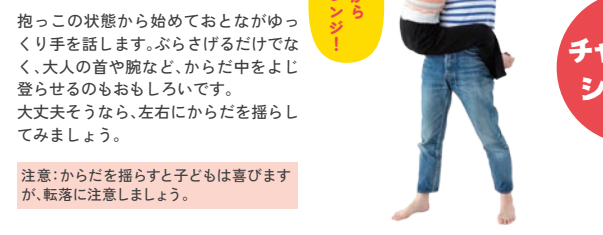
注意:寝ている人は必ずバンザイの状態から始めましょう。横に広げて回転すると肩を傷めます。

ひざの中に座らせてゴロン だるまゆらし



注意:転がる際は、大人は床に頭をぶつけないように注意しましょう。

落ちないように手足をつかって 大きな木



抱っこの状態から始めておとながゆっくり手を話します。ぶらさげるだけでなく、大人の首や腕など、からだ中をよじ登らせるのもおもしろいです。大丈夫そうなら、左右にからだを揺らしてみましょう。

注意:からだを揺らすと子どもは喜びますが、転落に注意しましょう。

手足をしっかり握って ふわっとグライダー



最初はゆっくり動かし、慣れてきたら大きく振ってみましょう。子どもを床の上に仰向けに寝かせた状態で持ち上げましょう。

子どもの手がしっかりとグーに握られていることで、肘(ひじ)が抜けるなどのケガを防ぐことができます。

注意:振りすぎに注意しましょう。仰向けで行う方が安全です。

注釈:ウェルビーイングとは、「幸せな状態」を身体・心、それを取り巻く環境や社会の状況、すべての面で良い状態にあることとして捉えており、これを専門用語で「ウェルビーイング」と呼んでいます。
<参考文献> 幼児期までのこどもの育ちに係る基本的なビジョン (はじめの100か月の育ちビジョン) | こども家庭庁 公益社団法人身体教育医学 研究所 令和3年2月8日 https://www.cfa.go.jp/policies/kodomo_sodachi

監修
梶谷 朱美 先生

職名 島根県立大学短期大学部 保育学科教授 (体育教育学研究室)

研究分野 体育教育学 舞踊教育学

梶谷ゼミでは、地域に貢献できる保育者の育成をめざすと同時に「乳幼児の心身の発達を促す運動遊び」の紹介を多角的に行っています。

2025島根県立大学松江キャンパス椿の道アカデミー公開講座 「ミライキッズ体力測定&うんどう遊び」 **参加無料**

日時 2025 (にちようび) 5月25日 10:00 開講 12:00

対象 3~5歳児の親子さん (先着30組程度)

会場 島根県立大学松江キャンパス 公開講座担当 TEL:0852-26-5525 平日8:30-17:00

内容 鉄棒ぶら下がり ボール投げ 両足連続跳び越し 25m往復走

*詳細は、4月中に松江市内幼稚園保育所・小中学校等へ配布されるチラシ、大学HP等をご確認ください。

03 具体的な取組

02 豊かな「遊びと体験」とは「挑戦」とは「安心」

01 アタッチメント(愛着)とは「安心」

ミライキッズさんいんプロジェクトでは、これまでも乳幼児の育ちにおける「アタッチメント(愛着)」の大切さと豊かな「遊びと体験」を体力測定の場やフリーペーパーで紹介してきました。

24 家族でいっしょに運動あそび「冬でも元気に遊ぼう!」

25 家族でいっしょに運動あそび「外遊びのすすめ!おやこでさんぽ!!」

26 家族でいっしょに運動あそび「おてっただいであそぼう!」

27 子どもたちの生活リズムを見つめて「ぐっすり、しっかり眠ろう!」

28 家族でいっしょに運動あそび「ふれあいあそび!」

29 ミライキッズ4種目で「のぼせるカ」と「ふだんの遊び!」

多様なこどもやおとな、モノ、自然・絵本・場所など身近なものとの出会い・関わりにより、興味・関心に合わせた「遊びと体験」を保障することで、外の世界への「挑戦」を促します。

こどもは不安な時などに身近なおとなが寄り添うことや、安心感をもたらす経験の繰り返しにより、「安心」という土台を築き、獲得します。

挑戦

安心

子ども体力測定

各回たくさんのお友だちに参加していただきました!

実施報告 - じっしほうこく -

In 育英北幼稚園・育英幼稚園・育英保育園 実施日 2024年10月

毎年春秋の測定会。おともだちを応援する「ガンバレ〜!!!」の声が元々よく響き渡ります。(測定協力:さんびるアカデミー)

松江市様主催イベント内で実施しました。この日は学生さんといっしょに体力測定、うんどうあそび+サッカーひろばにチャレンジ。たくさんの方ファミリーでにぎわいました。

In 松江市子育ての日イベント 実施日 2024年10月27日

In 「はじめての体力測定」イオンモール日吉津 実施日 2024年12月13日・14日

イオンモール日吉津様主催のイベントとして実施していただきました。きょうだいで参加してくれた方も多く、お兄ちゃんやお姉ちゃんをお手本に元々よく挑戦してくれました。がんばったあとは測定スタッフの大学生さんとハイタッチ!

参加して下さった保護者の方の感想



楽しそうな姿が見られてよかったです!