

保育者からの
メッセージ



こんな遊びが好き (4歳～5歳編)

平成18年 1月編集・発行
平成21年 1月改訂
平成24年 9月改訂
令和 8年11月改訂
仙台市こども若者局
幼稚園・保育部 運営支援課

お友達とのつながりも深まり、いろいろとアイデアをだしながら、遊ぶことが楽しい時期。おうちの人とも一緒に、楽しい時間を過ごしてみませんか？



★一緒に遊ぼう！

大好きな大人と一緒に遊ぶことで、こどもは「楽しい」「嬉しい」「安心する」という気持ちをたくさん感じます。お子さんと一緒に楽しい時間を共有したいですね。

※作って遊ぼう※

広告紙や空き箱などの廃材を使って、工作を楽しんでみましょう。



何をつくらうかな

ごっこ遊び

大人も役になりきると盛り上がりますね！

- ・お店屋さんごっこ
- ・おうちごっこ
- ・お医者さんごっこ



簡単なルールのある遊び

「カード遊び」や「かるた」「すごろく」などを親子で楽しみましょう。ルールを守れた時、順番を待てた時、最後まで取り組めた時など、できた時にたくさんほめると、自信につながります。



3つ進むよ。
1, 2, 3!

★五感を使って遊ぼう！見る・聞く・かぐ・味わう・触れる

見たり、聞いたり、触れたりするさまざまな体験を通して、好奇心や豊かな感性、考える力を育みます。

散歩

「赤いものを見つけよう！」
「四つ葉のクローバー探し」
など大人も一緒に探すと盛り上がります！

見つけてみよう



自然物を使って遊ぼう！

【草相撲】

草の茎を引っかけて引っ張り合い、先に切れた方が負けになります。



親子でクッキング

- 🍷 ラップでご飯を包んでおにぎり作り
- 🥕 野菜をちぎったり、ジャムをぬってサンドイッチ作り

「ふわふわのパンだね！」
「どんな形にしようかな？」
など、自然に会話もはずみますよ。

どろんこ遊び

泥や水に触れ、まぜたり、こねたりしながら様々な感触を親子で楽しみましょう。



こねこね
気持ちがいいね！

★身体を動かして遊ぼう！

身体を動かして遊ぶことは、丈夫な体づくりだけでなく、意欲や集中力、自信を育むことにもつながります。毎日の遊びの中で、たくさん身体を動かす機会をつくりましょう。

遊具遊び・かけっこ・体操

かけっこや追いかけて、走っている途中に「ストップ」の声で止まるゲームも楽しいです。

よーいどん

順番だよ

やってみよう



押し相撲

手のひらを合わせて押し合い足が動いた方が負けです。

負けないぞ



親子飛行機➔

親子のふれあいを楽しみながら体幹やバランス感覚が育ちます。



バランス
とって落ちないようにね