



奥州わらべうた遊びの会 古民家 café ほっこり

8月のうた *カタカナは節のないうた

●揺らしながら●

ゆっき ゆっき もものき
ももが なったら たもれや
だれに たもるべ
おじいさんさ いつつ
おばあさんさ よつつ
おとうさんさ みつつ
おかあさんさ ふたつ
あにさんさ みつつ
あとの のこりは
〇〇ちゃんのだよ(岩手)

●身体を触る遊び●

そうめんや そうめんや
おしたじ かけて おからみ かけて
おくのほうへ とんじまえ(静岡)

ノビノビノビ
ヨッコヨッコヨッコ
オイッチニオイッチニ

●真似遊び●

ジョウズ ジョウズ(郷右近の母)
オツムテンテン(郷右近の母)
アワワ(郷右近の母)
レロレロレロ
イヤイヤイヤ
カンブ カンブ カンブ(福島)

●揺すり遊び●

かごかご じゅうろくもん
えどからきょうまで さんもんめ
ふかいかわに はめよか
あさいかわに はめよか
やつぱり ふかいかわへドボーン
(あさいかわへ
チャボチャボチャボ)(京都)

●お膝の上で●

オフネハ ギッチラコ
ギッチラコ ギッチラコ
センゾウヤ マンゾウゾ

ふねの せんだうさん のせとくれ
は一 ゑっごどん ゑっごどん
きょうは あらなみ のせられぬ
は一ゑっごどん ゑっごどん

●手をつないで●

このこ どのこ かっちゃんこ
このここのこ 〇〇ちゃん

●這うことを励ます歌●

マテマテマテ

●見えなかったものが見える楽しさ●

イナイイナイバー(全国)

● 今後の予定 ● 申し込み 090-2147-4857

● 10月7日(金) 古民家 café ほっこり 10:30~12:45
1000円(2回目以降は600円)+ワンオーダー

● 10月16日(日) みんなこみんな(奥州市水沢) 650円
0~3歳 10:30~11:30

4歳~小学生 13:00~14:00

*参加締め切り 12日(水)

*HP あります。「奥州わらべうた遊びの会」で検索してください

●太陽を呼ぶ歌●

おひさん てつとくれ
くもを のけとくれ

●年中行事の歌●

・七夕の節句・

たなばたの かみさんが
たなから おちて はいまみれ
ウリヤ ナスビデ キゲントル

●生き物に呼びかける歌●

・ほたる・

ほたるこい やまみちこい
あんだのひかりを ちよいとみてこい

●子守歌●

ねんねん ころりよ おころりよ
ほうやは よいこだ ねんねしな
ほうやの こもりは どこへいった
あのやまこえて さとへいった
さとのみやげに なにもらった
でんでんだいこに しょうのふえ
(郷右近の母より)

●波遊びのうた●

おおなみこなみ
こんまいなみおいちよいて
おつけななみ ばっかりこい
ばっかりこい



わらべうた遊び ってなあに？

物も情報も少ない時代に、大人と子ども、子どもたちが、身体を触れ
合わせながら、いっしょに声を合わせて歌いながら遊んだ遊びです。

.....

- 就学後、学校生活を楽しく送るには・・・
- 思春期をうまく乗り越えるためには・・・
- 社会人として有意義に生活するためには・・・

乳幼児期がとても大切です

.....

自分をお世話してくれる大好きな大人と

- ・ 一対一で向かい合い
- ・ 目と目を合わせて
- ・ 肌と肌を触れ合わせながら遊ぶ ⇒ **わらべうた遊び**



(昔の人が、自然に遊んでいた遊びは
子育てに役立っていたのです)

自己肯定感が育つ

人との関わり方を学ぶ

肌を触れ合わせることで「幸せホルモン」といわれる
「オキシトシン」が分泌され穏やかで健康な心が育つ

.....

- ☆ 子どもと関わるのが、ちょっと苦手、という方
- ☆ お仕事をしていて、時間がない方
- ☆ 何をして遊んであげたらいいかわからない、という方



わらべうた遊びを覚えて遊ぶことで、子どもとの関わりを
作ることができます。