

体を使う大切さについて 大井田病院 理学療法士 寺田 一輝 さんに教えていただきました。

全身運動（遊び）を行うことは、体格や運動機能などの発達に深く関わり、乳幼児期から体を使う経験をすることで、脳や神経系も発達していきます。

特に、0歳～1歳半ごろには身体機能が著しく発達していく時期であり、動くために大切な筋力がつきます。1歳半～5歳ごろは、『歩く・走る・投げる・跳ぶ』などの、全身を使った基本的な動きの獲得の時期です。年齢に応じた経験をたくさんすることで、その後のより複雑で高度な動きやスポーツ活動へとつながっていきます。そのため、小さいころから遊びなどを通して全身を使うことが大切になってきます。

全身を使った遊び方の例



0歳児

- 赤ちゃん体操
- お膝でジャンプ など

1歳児

- ボールの追いかっこ
- トンネル遊び など

2歳児

- ボールを蹴る
- 追いかっこ（しっぽとりゲーム） など



3歳児

- だるまさんが転んだ など

4歳児

- スキップ競争 など

5歳児

- ドッジボール など

この他にも、全身運動（遊び）は身体的な発達だけでなく、乳児期であれば親とのコミュニケーションやふれあい等、幼児期であれば自己肯定感、達成感の発達、社会性の発達にも大きく関わってきます。『できた』という成功体験をたくさん積み重ねてあげることで、本人の自主性や自己肯定感につながるよう、体をいっぱい使って遊ばせてあげましょう。

児童扶養手当現況届の提出

児童扶養手当の受給者は、毎年8月に現況届を提出し、受給資格の審査を受けることになっています。現況届を提出しなければ11月分以降の児童扶養手当の受給ができなくなりますので、必ず手続きをしてください。また、対象となる人には、「現況届のお知らせ」を7月に送付しています。

なお、ひとり親でなくても、児童の父または母に重度の障害がある場合は、児童扶養手当が受けられることがありますのでお問い合わせください。

受付期間 8月1日（月）～31日（水）

- 持参物**
- 児童扶養手当証書
 - 児童扶養手当現況届
 - 養育費等に関する申告書
 - 認め印

※受給者によって上記以外にも書類を提出していただく場合があります。

提出場所 福祉事務所子育て推進係

