

みんなあんぜん



遊びと学びの手引き 安全編



入間市

子ども未来室事業

はじめに

入間市の将来を担う子どもたちは、日々目を輝かせながら健やかに成長し続けています。この子どもたちの命は何にも代えられないくらい大切に、かけがえのない命です。今後、子どもたちが安心して安全に生活することができるよう子どもたちの成長に合わせて支援し続けなければなりません。

この「みんな安全編」は、「遊びと学びの手引き」第2版に、さらに安全全面を補充するために、新たに付記したものです。内容としては、交通・自然災害・身を守る体作り・安全な学校生活などを載せています。参考までに、資料も掲載させていただきました。子どもたちが体験しながら身を守る方法を学ぶことができるようご支援くださいますようお願いいたします。

なお、保育園（所）・幼稚園では年長を、小学校では1年生を対象として作成しております。指導・保育時期につきましては、期を捉えて使用していただければ幸いです。

-1-

みんなあんぜん

保育園・保育所・幼稚園編

目次

月	生活 外で自分の身を守る スキル	遊び 自分の身を守るための 体力づくり	学び 基本的な交通ルール について
12	外が暗くなったら①	まねっこ遊び ⑩	信号の見方 交通ルールの守り方⑮
1	大雨や雷がきたら③	♪リズム遊び♪ ⑪ (曲に合わせて)	安全に 横断歩道を渡ろう⑲
2	地震がきたら ⑥	足の裏・指体操 ⑫	知りたいな！ 交通マーク ⑳
3	知らない人に あったら ⑨	先生の合図に 合わせて ⑭	発見！あぶない場所㉗

○内の数字：ページ数

遊びと学びの手引き安全編の活用の仕方

- ① 10分～20分程度 ⇒ 活動内容時間は、幼児の実態に合わせて活用する。
- ② 参考資料 ⇒ 写真画像やイラストが活動案に付いている。
(ワークシートは参考例)
- ③ アレンジ ⇒ 活動案を参考にして、活動を効果的にする。
(外で活動したり、具体物を作成したりなど)
- ④ 保護者への啓発 ⇒ 各施設で安全について指導していることや家庭での安全対策についても呼びかける。
- ⑤ 活用時期 ⇒ 指導にふさわしい時期を選んで活用する。



12月 生活

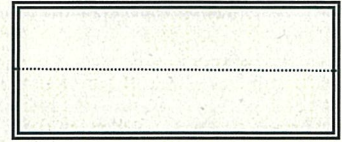
外が暗くなったら

(健康・環境)



《 ねらい 》

- 外が暗くなった時の過ごし方を学ぶ。



《 活 動 》

子どもの活動	○保育士・教師の働きかけ等 ☆子どもの反応 ・留意点等
1 外が暗くなる時間は何時かを知る。  4時	○「外で鳴る4時のチャイムは、何のチャイムだろうね？」 ・よい子チャイムを知っているかどうか、確認する。 ☆家に帰りましょうの合図 ☆分からない。 ☆市役所で鳴らすチャイム ○「外が暗くなると、よい子チャイムが鳴ります。」 「これは、子どもたちに家に帰るように教えてくれるチャイムです。」 ・12月は、4時により子チャイムが鳴ることを知らせる。 ・よい子チャイムの音を聞かせ、覚えさせられるとさらにより。 ・4時以降は、暗くなることを教える。 ⇒ 危険が増える。
2 暗くなった時やこれから自分にできることを知る。 【実際に練習する】  防犯ブザー	○暗くなった時の過ごし方や自分にできることを教える。 【暗くなった時】 ・大人と一緒にすごす。(家にいる) ・1人にならない。(大人の手を離さない) ・大人の目から離れるところに行かない。  【自分にできること】 ・暗くなる前に、家に帰る。(よい子チャイムを守る) ・防犯ブザーを持つ。 ・子ども110番の家を家の人と確認する。 (子ども110番の家は、逃げてもいいところであることを知らせる。) ・午後3時～午後6時までの誘拐が多い事を知らせる。 ・絶対に知らない人について行かない。
3 外が暗くなると、様々な危険が隠れていることを知る。	○外が暗くなると、困ったことが起ることを教える。 ・周りが暗くなり、車から見えづらくなる。 ⇒ 交通事故 ・視界が暗くなるので、怖い人が来ても分からない。 ⇒ 不審者への対応ができない。 ・大人の目が行き届かなくなる。 ⇒ 迷子や誘拐など

【外が暗くなったら資料】



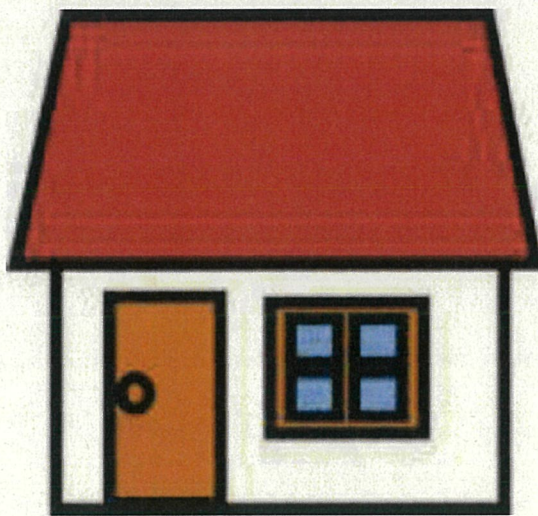
① 手をつなぐ



② 照明のあるところを歩く



③ 大声を出す



④ 家の中にいる



1月 生活

大雨や雷がきたら

(健康・環境)



※命を守るための対応策については、家庭でも再確認するよう協力を願う。

《 ねらい 》

- 大雨や雷から身を守る方法を知る。

《 活 動 》

子どもの活動	○保育士・教師の働きかけ等 ☆子どもの反応 ・留意点等
1 大雨の怖さを知る。 ○大雨の写真や絵を見せる。  ○「かさをギュッと持っていないといけないくらい雨が降っていることを何と言うか知っていますか？」 「大雨と言います。」 ・大雨は降った後に大変な被害があることを教える。 【写真を提示する】 ・洪水（川が増水する）・木が折れる ・浸水 ・落雷 2 大雨がきたらどうするかを学ぶ。 ○「実際に傘をさして、練習しましょう。」 ・自分の傘を持たせて、練習する。 (傘がない場合は、施設の傘を貸し、傘を持たせて練習する。) 【家の中にいた場合】 ・外出しない。 ・大人と一緒に行動する。 【家の外にいた場合】 ・大人と一緒に行動する。 ・早めに安全な場所に逃げる。 ・家に帰る。 ○「どこに逃げるのかを家の人と相談しておきましょう。」	1 雷の怖さを知る。 ○雷の写真や絵を見せる。  ○「みんなは、雷の音を聞いたことがありますか？」 ☆ゴロゴロお空が鳴る。 ☆ゴロツといって、怖くなる。 ☆音だけでなく、ピカッと光る。 2 雷がきたらどうするかを学ぶ。 ○「ゴロツで逃げます。」 ・雷がきたらどうするかを練習させる。 ・建物や車の中に避難する。 (木の下に行かない。) ・低い姿勢をする。 ・友だちの家ならば、そのまま家にいる。 【逃げてはいけない所】 ・大きな木の下 ・電柱

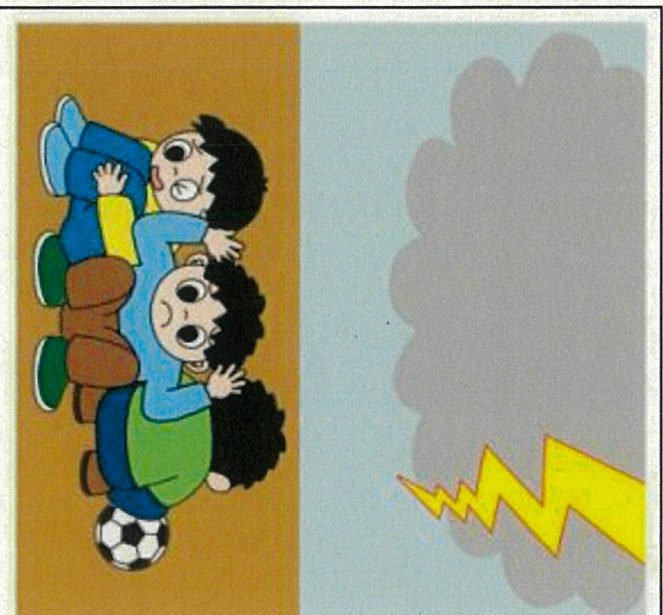
※留意事項 疑似体験をさせてみる。(木・電柱・車・家)



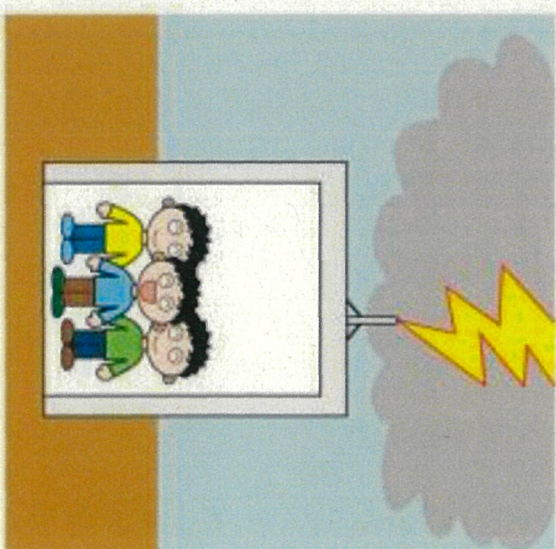
おおあめ



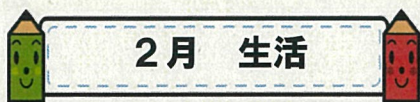
かみなり



ひくいしせいをする



たてもののなかにいる



2月 生活

地震がきたら

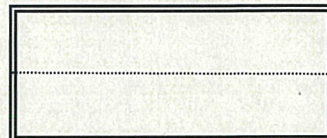
(健康・環境)

※命を守るための対応策については、家庭でも再確認するよう協力を願う。



《 ねらい 》

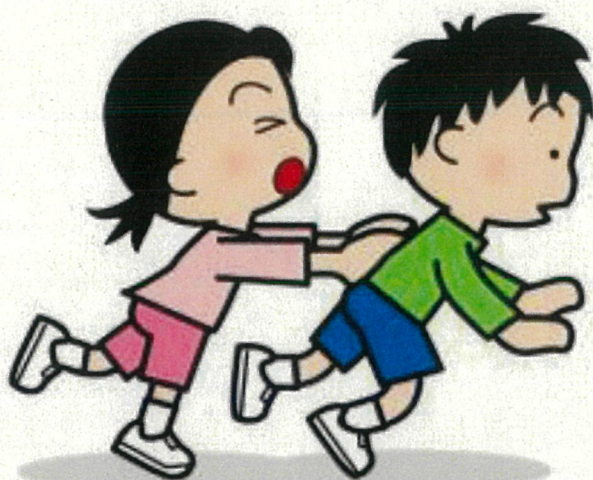
- 地震から身を守る方法を知る。



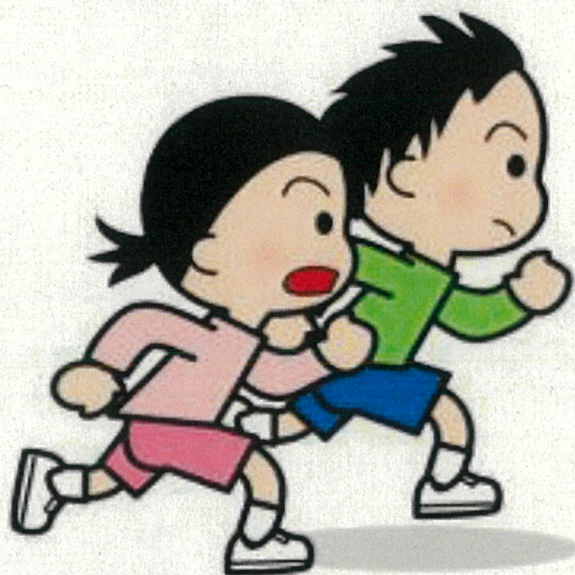
《 活 動 》

子どもの活動	○保育士・教師の働きかけ等 ☆子どもの反応 ・留意点等
1 地震の体験を思い出す。 	○「建物がガタガタと揺れたことがありますか？」 「それって、何と言いますか？」 「これを地震と言います。」 ・ 地震にあった体験を思い出させる。 ・ 地震が起こった時の写真や絵を見せる。 ・ 地震は、大切な命をうばっていくこともある、恐ろしいものであることを伝える。
2 地震がきたらどうするかを学ぶ。  防災頭巾 	【各施設の避難訓練に合わせるとよい。】 ○地震がきたらどうするかを考えさせる。 ・ おさない ⇒ 逃げる時にみんなが押したら怪我をするから ・ かけない ⇒ 混雑するから ・ しやべらない ⇒ 先生の声が聞こえなくなるから 【建物の中にいた場合】 ・ 防災頭巾をかぶる。(頭を守る) ・ 机の下に入る。 ・ 先生(大人)の言うことを聞く。 ・ 先生(大人)と一緒に行動する。 【逃げる時の合い言葉】 おさない かけない しやべらない 【建物の外にいた場合】 ・ 先生(大人)と一緒に行動する。 ・ たおれたり、落ちてきたりするものから離れる。 ○防災頭巾のかぶり方を教える。 ・ 避難の練習を実際に行わせる。 【改訂版 防災頭巾の身に付け方 参照】 ガタガタ揺れたら、机の下に隠れよう！  落ち着いて避難する 
	・ 家の人にも、地震が起こったらどうするかを教えてあげるよう話す。

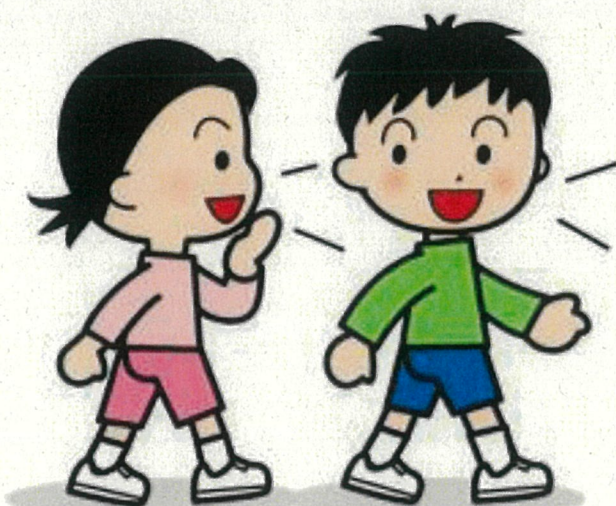
お



か



し







3月 生活



知らない人にあったら

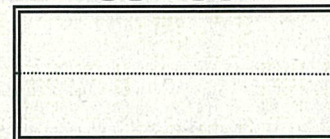
(健康・人間関係)

※不審者対応については、家庭でも再確認するよう協力を願う。



《 ねらい 》

○ 知らない人から自分の身の安全を守る方法を知る。



《 活 動 》

子どもの活動	○保育士・教師の働きかけ等 ☆子どもの反応 ・留意点等
1 知らない人との関わり方を考える。	○「知らない人に会った時、どうする？」 ・知らない人に会った時、どうしているかを考えさせる。 ☆話しかけられて困ることがある。☆あいさつをしてしまう。 ☆話さない。(分からない) ・周りに大人がいる場合は、話してもよいが、大人がいない場合は、話さないように指導する。
2 知らない人に会った時の関わり方を知る。 	○「知らない人に会った時、どうするかを覚えましょう。」 【聞かれてくる】 ・○○を教えて！(場所) ⇒ 「分かりません。」 ・名前を聞く。 ⇒ 何も言わないで、立ち去る。 ・追いかけてくる。 ⇒ 大声を出す。 ・すれ違いざまに変なことを言うてくる。 ⇒ 目を合わせないで、逃げる。 
3 未然に防ぐ方法を知る。	○知らない人に出会ったり、危険な目に合ったりしないための方法を知らせる。 ・大人と一緒に過ごす。(家の中にいる) ・一人にならない。(大人の手を離さない) ・大人目から離れるところに行かない。 ・暗くなる前に、家に帰る。 ・防犯ブザーを持つ。 ○家の人と子ども110番の家を確認するように話す。 



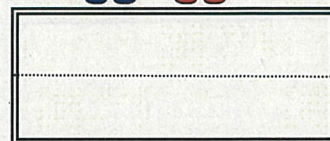
まねっこ遊び

(健康・表現)



《 ねらい 》

- まねっこ遊びをすることで、体を動かしたり、表現したりする楽しさを知る。



《 活 動 》

子どもの活動	保育士・教師の働きかけ等
1 まねっこ遊びをする。	【広い部屋で活動できるとよい。】 ○「まねっこ遊びを楽しみましょう。」 ・上履きを脱いで、楽しい体遊びをすることを伝える。 ※自分で上履きを揃えたり、靴下を上履きの中に入れたりさせる。 ○座ったままで、簡単なまね遊びをさせる。 ・担任の動きをまねする。 ・肩をたたく。(トントントン・・・パッ！) ・手を上にあげる。手を下におろす。手を横に伸ばす。 ・右の手をあげる。左の手をあげる。 など ○立ちあがり、体全体を使ってまね遊びをさせる。 ・かがむ ・足を開く ・片足立ち(片足でいくつまで立てるか、数を増やしてみる) ○手と足を使った動きをまねさせる。(屈伸運動等) ※複雑な動きが難しい場合は、子どもの実態に合わせる。
2 動物まね遊びをする。	○写真や絵を提示しながら、まね遊びをさせる。 【動物まねの例】 ・うさぎ ・ぞう ・キリン ・アヒル ・わに(腕だけで進む：ハイハイ歩き) ・鳥 (少し高い所からジャンプ！) ※床が固い場合は、マットをひくなどして安全に行わせる。 ○活動中は、子どもたちを十分に褒め、やる気を引き出す。
3 まね遊びバージョンアップ!をする。	○動きのバージョンアップをさせる。 ・掃除機になろう。 ⇒ 雑巾がけ(雑巾を使用する) ○まねっこじゃんけん遊び ・先生とジャンケン! ・勝ったら、○○のポーズ(例：ぞう) ・負けたら、○○のポーズ(例：うさぎ) ・あいこなら、○○のポーズ(例：たぬき) ○整理運動をして、体を落ち着かせる。





♪リズム遊び♪

(健康・表現)



《 ねらい 》

- 楽しくリズムに合わせて体を動かすことができる。

《 活 動 》

子どもの活動	保育士・教師の働きかけ等
1 ピアノに合わせてジャンプする。(太鼓) 	【広い部屋で活動できるとよい。】 ○ピアノに合わせて、ジャンプさせる。(太鼓) ○小さい音 ・小さく小刻みにジャンプする。(トントントントン…) ○少し大きな音(トーン、トーン・・・・) ・少し高くジャンプする。 ○体ジャンケンをさせる。 ♪から～だ ジャンケン ジャンケン ポン! ♪ ・パー(両手・両足を広げる) グー(小さくうずくまる) ・チョキ(両手を腰、両足を前後にする) ※先生や友だちとジャンケンする。
2 リズムに合わせて楽しく踊る。 	♪アブラハムには7人の子♪ アブラハムには7人の子 ひとはノッポで あとはチビ みんな なかよく くらしてる (たのしく あそんでる) さあ おどりましょう ① 右手→右手 (リーダー → みんな) ② 左手→左手 ③ 右足→右足 ④ 左足→左足 ⑤ あたま→あたま ⑥ おしり→おしり ⑦ まわって→まわって おしまい ※その他、♪おにのパンツ♪ など
3 曲に合わせて踊る。 	○子どもたちの好きな曲に合わせて踊らせる。 ○リズムカルな曲を選び、リズムよく踊らせる。 ※♪エビカニクス♪ など、流行の曲を楽しく踊らせる。 ○体全体を使うように、教師がお手本になる。



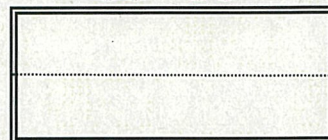
足の裏・指体操

(健康)



《 ねらい 》

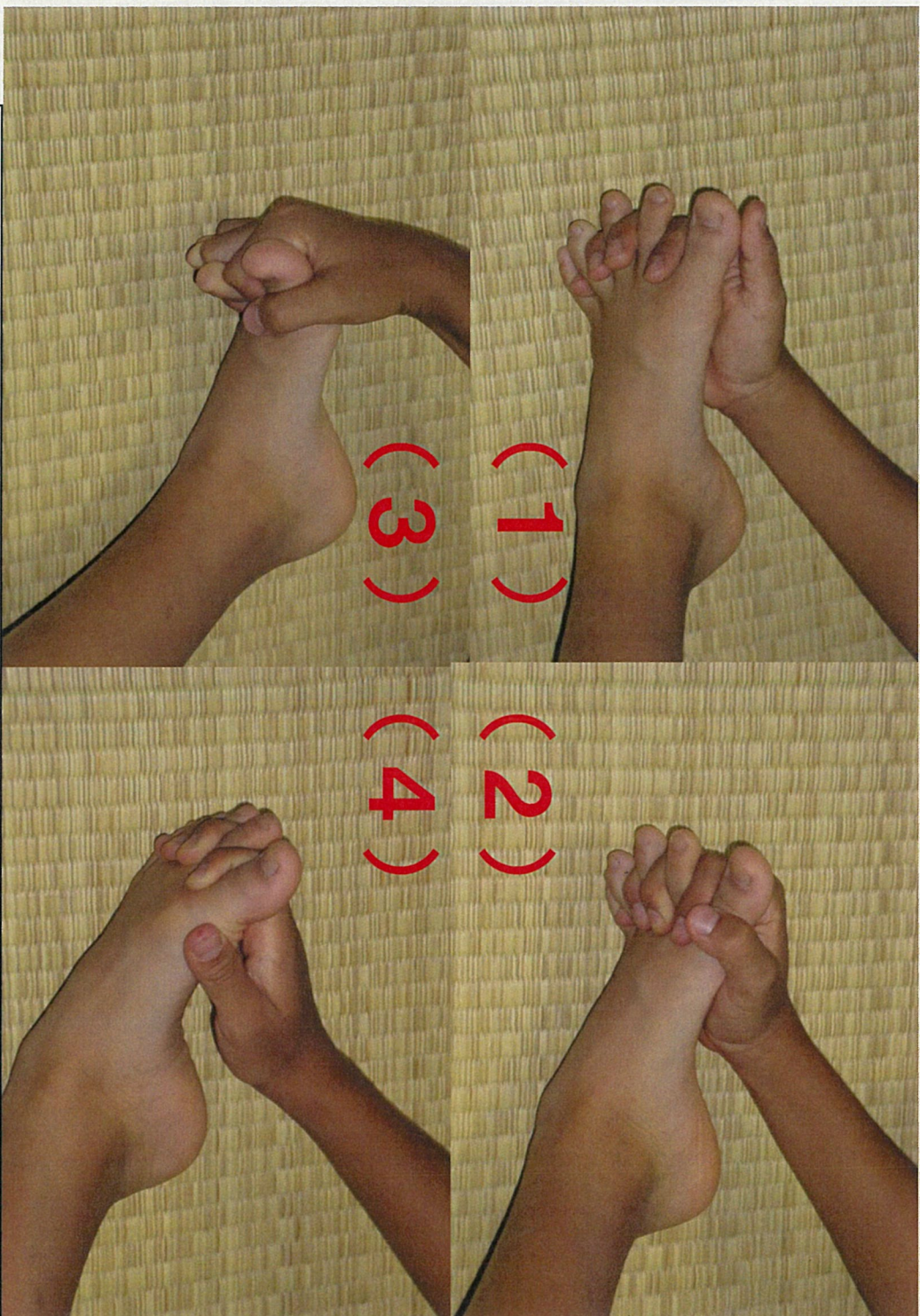
- 足全体を使って足体操をし、運動能力を上げることで怪我を防ぐ。



《 活 動 》

子どもの活動	保育士・教師の働きかけ等
1 上履きを脱いでほしになる。	【広い部屋で活動できるとよい。】 ○上履きを脱いで、気持ちいい体操をすることを伝える。 ○楽しい活動をするという気持ちをもたせ、関心を高める。 ・ 足体操で、かけっこが早くなる。 ・ 足体操で、ジャンプが高くなる。 ・ とび箱が上手にとべるようになる。 ・ 転んだりすることが減り、怪我も少なくなる。 ↓ ♪ 魔法の体操 ♪ 活動に対する意欲を高める ○自分で上履きを揃えたり、靴下を上履きの中に入れたりさせる。
2 足指体操をする。	○写真や絵を提示しながら、分かりやすく指示する。 ①足指の間に、手の指を入れる。 ②手の指を握って、ゆっくり足を反らせる。(5秒間) ③柔らかくなると、90度くらいまで曲がるようになる。 ④ゆっくり戻す。これを片足、20回ずつ繰り返す。 ○担任は、台の上に上がるなどして、見やすい位置で教える。 ○指示が通りにくい場合は、その子と一緒に台の上に上がり、手助けしながら一緒に活動する。
3 感想を話す。	○「足指体操をして、どんな気持ちになりましたか？」 ・ 子どもたちから素直な感想を聞く。 ○活動時間が短くなってきたら、体操の後に簡単な運動を取り入れる。 ・ ジャンプ ・ かけっこ ・ とび箱 ・ 平均台 ・ 足じゃんけん(グー・チョキ・パー) ・ 家に帰ってもできる簡単な体操であることを伝える。 ・ 日常的に扱い、子どもたちの運動能力を確認する。





(1) 足の指先を手の指の間に入れる。
(3) 足の指を甲の方へ伸ばす。

(2) 手の指で足の指をつかむ。
(4) その後足の裏側へ伸ばす。

※これを交互に5秒間ずつ、5分くらい行う。



3月 遊び



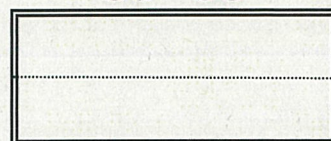
先生の合図に合わせて

(健康・環境)



《 ねらい 》

- 話を最後まで聞き、指示に従う事を学ぶ。



《 活動 》

子どもの活動	○保育士・教師の働きかけ等 ☆子どもの反応 ・留意点等
1 はっきりとした声で健康観察をする。	○「みんなが健康かどうか先生に教えてください。」 「〇〇さん、〇〇君元気ですか？」 ☆はい、元気です！ ☆お腹がいたいです。 ☆風邪です。 ・ 小学校に入学する前の指導として、健康観察や集団行動に慣れさせる。 ・ 友だちが健康観察をしている間は、静かに待つようにさせる。 ・ 健康観察は、みんなの健康や安全を守るために大切なことであることを伝える。 ・ 最後まで静かに話を聞くことを徹底させる。
2 集団行動の練習をする。	○「ピアノ（太鼓）に合わせて、みんなで動いてみましょう。」 ・ ピアノ（太鼓）の音の数がいくつ鳴るかを集中して聞かせる。 【ピアノの曲長で動きを決める。】 ① ゆっくりリズム ⇒ 歩く ② 軽快なリズム ⇒ 走る ③ 曲が止まる ⇒ 止まる ④ 応用編：特定の音 ⇒ いろいろなポーズの指示 【太鼓の数で行動を決める：参考例】（太鼓以外でもよい） ① トン！ （1回） ⇒ 歩く ② トントン！ （2回） ⇒ 走る ③ トントントン！ （3回） ⇒ 止まる ・ 音をよく聞いて動いている子どもを賞賛し、やる気を高める。
3 体の動きを増やしながらか集団行動をする。	○「椅子や平均台を使って、みんなで動いてみましょう。」 ・ 体のバランス感覚や空間認知能力を養うために、様々な道具を使って自分の体について学ばせる。 【活動例①】 ・ 椅子の下をくぐる。（頭をぶつけない） ⇒ 自分の体の大きさを知る。 ⇒ 怪我を防ぐ。 ・ 平均台を渡る。 ⇒ バランス感覚及び平衡感覚を養う。 【活動例②】 ・ 太鼓（ピアノ）の音の数 ⇒ 数と同じ人数のグループを作り、できたら座る。 ⇒ 数と同じだけ手をたたく 又は 足踏みをする。