

よこむきで一緒にあそぼう



- ①バスタオルを三つ折り、または四つ折りにして枕にします
- ②体の前や足の間に丸めたタオルを入れて安定させます
- ③下側の手が前に出ているか確認しましょう
- ④上側の手をゆらゆらさせてリラックスさせたりします



Let's Try! 一人でゴロン

- ①肩から背中をバスタオルで支えて体を安定させよう
 - ②両手を合わせて拍手をしたり、おもちゃを触ったり握ったりしてみよう
- ※遊んでいるおもちゃは見える位置に置いてね

