

2ブロックでは厚生員の合同研修会を行っています。今年度の児童館フェスティバルでミュージック工房担当ということもあり、6月に「わらべうた」の研修会を行いました。研修会では、10曲ほど教えていただきましたが、7月の厚生員会でも紹介させていただきました、かんがる一教室やイベントの導入、あそびなどに実践できるようなわらべうたを2曲紹介します。

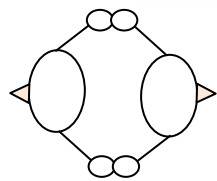
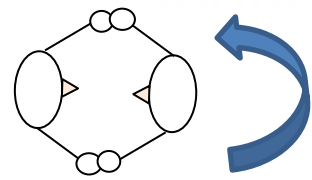
# わらべうたであそぼう！！

令和元年6月17日(月) 9:30～ 森山児童館にて  
講師：遠藤 伊津子先生 「わらべうた♪うたあそび研究会」 主宰  
(元金城大学短期大学部幼児教育学科准教授)

## なべなべそこぬけ

なべなべそこぬけ そここがぬけたら かえりましょう。  
レドレド レレレレ レレレレレレミミ レレレドレ

### \*\*\* シンプルバージョン \*\*\*



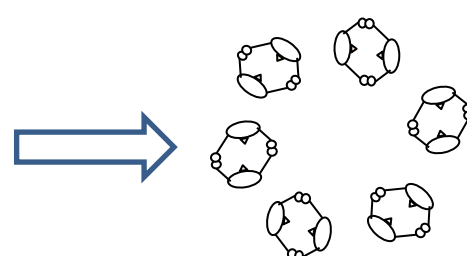
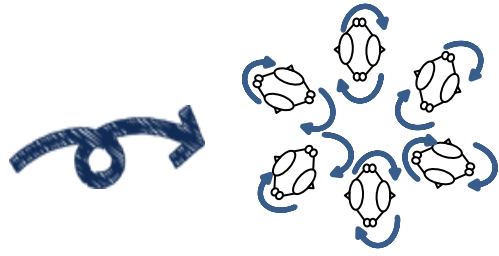
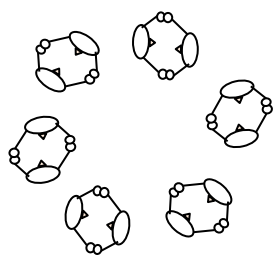
2人で向かい合い、両手を繋ぐ。  
「♪なべなべそこぬけ そここがぬけたら」と歌いながら、繋いでいる両手をユラユラ左右に揺らす。

「♪かえりましょ」と歌いながら、手を繋いだまきまきひっくり返し、外側を向いて背中合わせになる。

背中合わせの状態、「♪なべなべそこぬけ そここがぬけたら」と歌いながら、繋いでいる両手をユラユラ左右に揺らす。  
「♪かえりましょ」と歌いながら、手を繋いだまきまきひっくり返し、内側を向く。

\* 幼児など低年齢でひっくり返るのが難しい場合は、手を繋がずにひっくり返ってみましょ。

### \*\*\* アレンジバージョン① \*\*\*



2人組になって円形になり、向かい合って両手を繋ぐ  
「♪なべなべそこぬけ そここがぬけたら」と歌いながら、繋いでいる両手をユラユラ左右に揺らす。

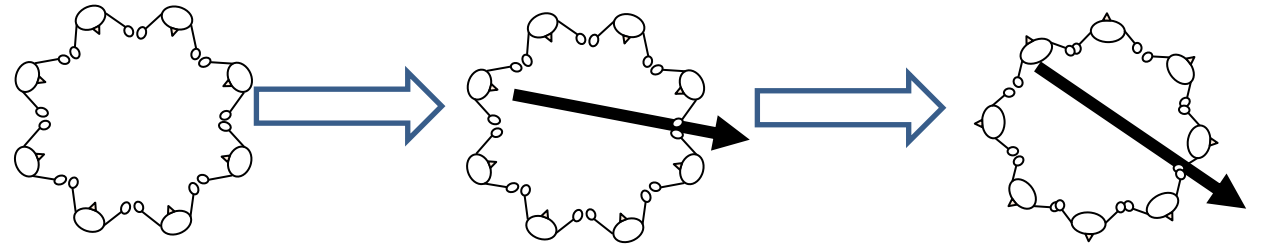
「♪かえりましょ」と歌いながら、手を繋いだまきまきひっくり返し、外側を向いて背中合わせになる。  
背中合わせの状態、「♪なべなべそこぬけ そここがぬけたらかえりましょ」と歌いながら、半周まわる。(後ろを向く)

向かいあった人と「♪なべなべそこぬけ そここがぬけたら」と歌いながら、繋いでいる両手をユラユラ左右に揺らす。  
\*繰り返す



### \*\*\* アレンジバージョン② \*\*\*

\*手を繋いだまき輪をくくる



全員で手を繋ぎ大きな輪になる。  
「♪なべなべそこぬけ そここがぬけたらかえりましょ」と歌いながら、輪をくくりぬける。  
「♪なべなべそこぬけ そここがぬけたらかえりましょ」と歌いながら、元の輪にもどる。



## どんぐりころちゃん

どんぐりころちゃん あたまはとんがって おしりはぺっちゃんこ どんぐり はちくりしょ  
ラ、ラドレドレ ミソミミ レドレ ミソミミ レドレ ララドド ララドド レ

♪～どんぐりころちゃん あたまはとんがって おしりはぺっちゃんこ どんぐりはちくりしょ～♪

\*ひざポンポン あたまポンポン おしりポンポン 両腕グルグル「しょ」でポーズまねっこ  
\*ひざポンポン あたまポンポン おしりポンポン 両腕グルグル「しょ」でじゃんけん

### \*\*\* 乳幼児 \*\*\*

\*ひざの上でユラユラ あたまなでなで おしりなでなで わきに手をいれて「しょ」でたがいたがーい

わらべうたは子どもが遊びながらうたい、ずっと昔から人から人へ伝えられてきた伝承歌です。音域が狭いため、子どもにとって無理なく歌うことができるのが特徴です。また、わらべうたには乳幼児に対する効果がいろいろあるそうです。

- ・コミュニケーションの手段になる。
- ・楽しみながら言葉や数を覚えられる。
- ・遊びながら身体のいろいろな部分を統合して動かすことにより、身体機能の発達を高めることができる。
- ・生活の基礎となる動きや歌詞がたくさん出てくるため、自然に身につけることができる。
- ・触れ合いながら遊ぶので、子どもは親しみを感じ、愛されている実感を持つことができる。
- ・子ども同士での遊び、集団行動の決まりを身に付ける。
- ・季節行事や日本の自然観を教える。
- ・その地域ならではの文化や方言を教える。  
(熊本県の「あんたがたどこさ 肥後さ 肥後どこさ」や長崎県の「でんでらりゅうば でてくるばってん」など)
- ・日常生活のなかで歌を活用する。  
(怪我をしたときの「いたいいたいのとんでけ」、約束事をするときの「ゆびきりげんまん」、何かを選ぶときの「天の神さまの言うとおりに」など)

このように、わらべうたは子育てにおけるメリットがたくさんあり、成長過程において欠かせない音楽の一つになっています。

《引用サイト：株式会社 VONDS. 株式会社 ストレイン》

金沢市児童館児童厚生員会  
〒920-0831 金沢市東山 3-29-22  
馬場児童館内 Tel.253-1255  
第2ブロック担当