

## 親子でできるからだあそび☆その2



### 【 ひっぱれひっぱれ 】

- ①ひっぱる役とつかまる役に分かれます。
- ②タオルの両端をそれぞれ握ります。
- ③長い廊下などで、びゅーんとひっぱってみてください。

### ☆ 作業療法士からのワンポイント ☆

握力がついたり、体幹が鍛えられたり、負けたくない！という気持ちも強め、手を離さないよう頑張れる遊びです。

大人は後ろ向きに歩くので、ぶつからないように気をつけてください。



(え～！つかれちゃう…。  
でもしかたない。)いくよ～！

ママ～！もっとはやく！

うわ～っ！  
タオルがはなれそう！