

🍼 0～2歳 🌱 3～6歳 📖 小学生 みんなOK

夏休み あそびカレンダー

～1日5分・うち右脳あそび～



この夏、「なにさせよう…」がなくなる。
遊ぶだけ・流すだけ・まねするだけ。
40日つづけたら、天才耳と天才脳に🌱



りな先生

天才脳そだて・右脳あそび



0～2歳ちゃん



3～6歳さん



小学生



つかい方

①**たのしむ**。お子さんもママも笑顔でいられることがいちばん。1日ひとつ・5分でOK、できない日はとばして大丈夫。

②**その日のあそびを1つ選ぶ**。お子さんの年齢のアイコン(🧸 🌱 📚)を見てアレンジしてね。

③**できたらシールを貼る**。「できた！」の積み重ねが、いちばんの力になります。

④**聞き流しは毎日“ながら”で**。集中して見せなくて大丈夫。無意識で勝手に覚えていきます。

右脳あそびは、たった3つ 🌱

「楽しい」×「無意識」×「くりかえす」

これだけで、お子さんは伸びていきます



毎日の聞き流し

毎日5分、流すだけ。

聞き流しは「集中して見る」より、
ながらで“無意識に”がいちばん効く。
天才耳は、くりかえしで育ちます 🧠 ✨



▶ 聞き流し再生リストはこちら

りな先生の公式YouTube（毎日ながら流し用）

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLJ1brqieMaCOoniyltOlwBMj00WaWwQv>

いつ流す？ 朝ごはん・おやつ・お風呂・寝る前など、毎日の“決まった時間”に流すと習慣になります 🌱



0～2歳：今が“聞く力”の黄金期。抱っこや授乳中にただ流すだけでOK。言葉のシャワーを浴びせてあげて。



3～6歳：一緒に口ずさんだり体を動かしても◎。「これ知ってる！」が増える時期。楽しく巻き込んで。



小学生：勉強や遊びの“ながらBGM”に。歴史・英語・俳句が記憶に残り、学校の学びにもつながります。

WEEK 1



夏のことはあそび



毎日の習慣：ごはん中やお風呂で「聞き流し」を5分流すだけ（QRは聞き流しページに）

月
7/20

「なつ」から始まる言葉を10個言い合う

絵カードで見せる／ 交互に言う／ 時間内に何個言える？

火
7/21

お風呂でしりとり

ママの声を聞くだけ／ ゆっくり／ “食べ物しぼり”で

水
7/22

夏の絵本を指でなぞり読み

ひざの上で／ 一緒に指なぞり／ 音読して録音

木
7/23

セミの鳴き真似いろいろ

笑って聞く／ まねっこ／ オノマトペを書き出す

金
7/24

今日のできごとを言葉にする

ママが代弁／ ひと言で／ 日記1行に

土
7/25

花火の音を言葉にする（ドーン等）

一緒に見る／ 声に出す／ 俳句っぽく1つ

日
7/26

1週目ふりかえり・シールを貼る

できた日に 全部できたらママとハイタッチ！

WEEK 2

12
34

なつのかずあそび



毎日の習慣：ごはん中やお風呂で「聞き流し」を5分流すだけ（QRは聞き流しページに）

月
7/27

おやつを数えて分けっこ

「いち・に」／ 10まで数える／ みんなで等分にわけける

火
7/28

車のナンバーを読んでみる

数字を指さす／ 読み上げ／ 足し算してみる

水
7/29

階段を数えながら上がる

抱っこで声かけ／ 一段ずつ／ 2とび・5とび

木
7/30

冷蔵庫の中を数える

指さし／ 種類ごと／ 合計を暗算

金
7/31

時計を見て「あと何分？」

針を見る／ 長い針を読む／ 残り時間を計算

土
8/1

すいか・くだものの種を数える

つまむ／ 10ずつ／ だいたい何個か予想

日
8/2

2週目ふりかえり・シールを貼る

「かず」って楽しい！が残ればはなまる

WEEK 3



なつの自然・りかあそび



毎日の習慣：ごはん中やお風呂で「聞き流し」を5分流すだけ（QRは聞き流しページに）

月
8/3

空の雲、何に見える？

指さす／ 言葉にする／ 今日の天気を予想

火
8/4

セミやアリのじっくり観察

見る／ 色や数／ 図鑑で名前調べ

水
8/5

氷を早く溶かす方法くらべ

さわる／ どうすれば早い？／ なぜ溶けるか話す

木
8/6

影ふみ・影の形あそび

追いかける／ 長さくらべ／ 時間で変わる理由

金
8/7

夕焼けの色を言葉にする

一緒に見る／ 色の名前／ なぜ赤いか考える

土
8/8

水にうく・しずむ実験

見る／ 予想する／ 理由を考えてみる

日
8/9

3週目ふりかえり・シールを貼る

「なんでだろう？」が出たら大成功 ✨

WEEK 4



きおく・イメージあそび



毎日の習慣：ごはん中やお風呂で「聞き流し」を5分流すだけ（QRは聞き流しページに）

月
8/10

部屋を見て目を閉じ「何があった？」

一緒に／3つ言う／10個チャレンジ

火
8/11

買い物リストを覚える

2つ／3～4つ／7つ以上おぼえる

水
8/12

しりとり言葉を全部おぼえて言う

3語まで／5語／さかのぼって全部

木
8/13

絵をチラ見して思い出して描く

まねる／形だけ／色まで再現

金
8/14

数字を聞いて“さかさま”で言う

2つ／3つ／4～5つ

土
8/15

目を閉じて「海」を思い浮かべる

一緒に／色や音も／物語を作る

日
8/16

4週目ふりかえり・シールを貼る

頭の中に絵が浮かぶ力がついてきた

WEEK 5



えいご・おと・リズム



毎日の習慣：ごはん中やお風呂で「聞き流し」を5分流すだけ（QRは聞き流しページに）

月
8/17

英語の歌を1曲、流しておく

聞き流すだけ / 口ずさむ / 意味を1つ知る

火
8/18

体の部分を英語でタッチ

ママがタッチ / まねる / 5つ言える

水
8/19

色を英語で言ってみる

見せる / 3色 / 身の回りの色を英語で

木
8/20

手拍子のリズムをまねっこ

にぎる / まねる / 長いリズムに挑戦

金
8/21

数字を英語で1～10

聞く / 5まで / 20まで

土
8/22

好きな動物を英語で言う

指さす / 1つ / 3つ以上

日
8/23

5週目ふりかえり・シールを貼る

英語の音に「耳」が慣れてきた 🍌 ✨

WEEK 6



ひょうげん・こうさく・しあげ



毎日の習慣：ごはん中やお風呂で「聞き流し」を5分流すだけ（QRは聞き流しページに）

月
8/24

夏の思い出を1枚の絵にする

なぐり描き / 好きな場面 / 説明も添える

火
8/25

折り紙で何か作ってみる

ちぎる / 1つ折る / むずかしい形に挑戦

水
8/26

夏休みの楽しかったこと3つ発表

ママが代弁 / ひと言ずつ / 理由も話す

木
8/27

音楽をかけて体を動かす

だっこで揺れる / まねダンス / 振り付けを作る

金
8/28

できたことカレンダーを見て褒める

全年齢：シールの数をかぞえて「がんばったね！」

土
8/29

おうちで発表会をひらく

拍手される / 1つ発表 / 司会もやってみる

日
8/30

40日がんばった自分にはなまる

ママも自分に 一緒にがんばった40日、最高でした！

🌟 40日チャレンジ シールひょう

できた日は、シールをペタッ！

すきなシールを1まいはってね 🌸 まいにちがたのしくなるよ

	月	火	水	木	金	土	日
W1							
W2							
W3							
W4							
W5							
W6							

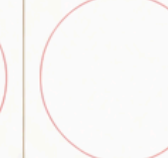
シールがそろっていくのがうれしい 🌟

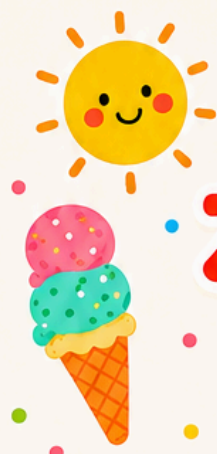
ぜんぶたまったら、ママといっしょにおおきなはなまる 🌸

夏休みの右脳あそびカレンダー

7月20日～8月31日

できた日にシールをはろう♡

月	火	水	木	金	土	日
7/20 	7/21 	7/22 	7/23 	7/24 	7/25 	7/26 
7/27 	7/28 	7/29 	7/30 	7/31 	8/1 	8/2 
8/3 	8/4 	8/5 	8/6 	8/7 	8/8 	8/9 
8/10 	8/11 	8/12 	8/13 	8/14 	8/15 	8/16 
8/17 	8/18 	8/19 	8/20 	8/21 	8/22 	8/23 
8/24 	8/25 	8/26 	8/27 	8/28 	8/29 	8/30 
8/31 						



夏休みの 右脳あそびカレンダー



7月20日～8月31日

できた日にシールをはろう♡



月	火	水	木	金	土	日
7/20 	7/21 	7/22 	7/23 	7/24 	7/25 	7/26 
7/27 	7/28 	7/29 	7/30 	7/31 	8/1 	8/2 
8/3 	8/4 	8/5 	8/6 	8/7 	8/8 	8/9 
8/10 	8/11 	8/12 	8/13 	8/14 	8/15 	8/16 
8/17 	8/18 	8/19 	8/20 	8/21 	8/22 	8/23 
8/24 	8/25 	8/26 	8/27 	8/28 	8/29 	8/30 
8/31 						

さいごに



この夏、お子さんと過ごす40日は、**もう二度と来ない特別な40日**です。

上手にできなくて大丈夫。**一緒に笑って、楽しんだ時間**そのものが、お子さんの心と脳をいちばん育ててくれます 🌱

この夏が、お子さんの一生ものの「好き・楽しい」につながりますように 😊

毎月の聞き流し・フラッシュカードで
おうち右脳あそびを続けよう 🌱

一緒にわが子のためにがんばる仲間が待っています 🌸

この夏を、たくさん楽しんでね 🌸

りな先生