

# スヌーズレンで あそぼう！

☆じゅんぴを するもの☆

①LED のディスプレイライト  
(500円~1000円くらい)



②ペットボトル

この中には、シャンプーなどの  
とろみのある 透明な 液体

※お子さんが 間違えて 飲まないよう、  
しっかりと 蓋を しめましょう。



- 1 ①の上に ②をのせます。
- 2 部屋を 暗くします。
- 3 ペットボトルを 振って、たくさん 泡立ってます。

☆ ゆったりした 音楽などを かけると 心が 落ち着きます。

★ 暗い部屋が 苦手な 場合は、 段ボールの中に 入れて  
見ると、きれいに 見えますよ！

おうちの 人と  
いっしょに つくってみてね！

