



8月号

にこにこだより

朝顔の花が咲いたり、セミの鳴き声が聞こえたりと夏を感じられるようになりました。蒸し暑い日が続いていますので、戸外で遊ぶ時は帽子をかぶり水分をこまめにとるなど、熱中症対策を心がけましょう。

令和2年 8月1日
千葉市地域子育て支援センター
にこにこルーム
TEL/FAX：
043(241) 8599



<8月の予定>

★お父さんと遊ぼう★

8日(土)

9:15~10:15

10:30~11:30

お父さんとお子さんで遊ぶ日です。
※お母さんとお子さんのみのご利用は
ご遠慮ください。



★育児講座

「イヤイヤ、どう乗り越える?」★

22日(土)

10:00~11:00

(受付 9:45~)

場所: 2階 そう組保育室

講師: 相談員 千葉 美江子

※予約制です(先着10人)

※当日お子さんは参加できませんので、ご都合をつけてお越しください(ハイハイをする前のお子さんは、抱っこで参加可能です)。

都合のつかない場合は、職員にご相談ください。

★身長体重測定★

12日(水)、26日(水)

※0・1歳児は測定時にタオルをお持ち
ください。

★作って遊ぼう「かざぐるま」★

17日(月)~21日(金)

9:15~10:15

10:30~11:30

※予約制です。

利用予約の上、参加してください。

※持ち物は、ありません。



※利用予約の上、お越しください。

• 身長体重測定 9日(水)、23日(水)

• お父さんと遊ぼう 12日(土)

• 作って遊ぼう 「水時計」

14日(月)~18日(金) ※予約制です

• にこにこ育児講座 「離乳食」

17日(木) ※予約制です(先着4組)

• 子育て支援コンシェルジュ相談会

25日(金) 9:30~11:30

※予約制です

中央区こども家庭課のコンシェルジュの方に来ていただきます。保育所(園)への入所の手続きのこと等、疑問に思っていることを質問することができます。

うた きんぎょのひるね

あかいべべきた かわいいきんぎょ
おめめをさませば ごちそうするぞ

あかいきんぎょは あぶくをひとつ
ひるねうとうと ゆめからさめた





にこにこ育児講座「離乳食」より



☆離乳食を通して何を獲得するのか？☆

- 食に対する“意欲”
- 咀嚼のステップ
- 様々な食材の味を知る

◎季節ごとの旬の野菜を取り入れていくなど様々な食材の味を体験していきましょう。



◎離乳期は食事を完食するのが目標ではなく、「人と一緒に食べるって楽しい」「自分でもっと食べたい」という意欲を育ててあげることが大切です。

“食べてくれない”と悩むお母さんも多いですが、**おいしく楽しい食事**ができることが「食」の第一歩です。お子さんが嫌がる時には無理をせず、食事中的子どもからのサイン(指差しや視線)を受け止めながら「おいしいね」「見ているよ」と、目と目を合わせて共感を積み重ねていきましょう。

離乳食Q&A

Q. 卵はいつから試したらいいのか？

A. 6か月頃から試していくとよい。始めは卵黄を耳かき一杯くらいの量でお粥やマッシュポテトの中に入れて様子を見る。7か月頃から卵白も試していく。(白身の方にたんぱく質がたくさん入っているため、必ず黄身から試していく)

Q. 7大アレルゲンの内のソバ・エビは食べさせた方がいいのか？

A. 2~3歳くらいになって体の免疫がついてきてからでよい。
それまでは、乳・卵・小麦が試せていれば十分である。
(ソバ・エビは、アレルギーのリスクが高く、症状が重くなりやすいため)

※新しい食材を試すときは、万が一に備え病院にすぐに行ける時間帯に試すようにしましょう。

Q. 手づかみ食べを始めるタイミングはいつか？

A. 食材に向かって手を伸ばしてくる姿が見られるようになったら、野菜スティック等、持ちやすいものを1品置いていく。初めは触るだけというときもあるが、少しずつ口に入れるようになっていく。

