



にこにこだより

令和8年5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

吹く風が心地よく過ごしやすい季節となりました。
戸外でたくさん遊びましょう！

<5月の予定>

★身体測定★

13日(水) 27日(水)

★ぶらぶら散歩★

12日(火) 14日(木)

新宿小学校校庭へ散歩に出かけましょう。

☆予約制

※行事等の兼ね合いにより、中止になる場合もあります。

★お父さんも遊ぼう★

2日 9日 23日 30日(土)

9:00~12:00



毎週土曜日(にこにこ育児講座以外)「お父さんも遊ぼう」

になりました。お父さん、お母さん、お子さんで利用したり、お父さんとお子さんで遊びに来てもらい、お母さんのリフレッシュタイムをつくるなど、様々な方法でにこにこルームを利用していただければと思います。

★作って遊ぼう★ 『かざぐるま』

18日(月)~22日(金)

① 9:45~10:15

② 10:45~11:15

☆予約制 ※持ち物はありません。



★男性保育士と遊ぼう★

30日(土)

9:00~12:00

新宿保育所の男性保育士と一緒に遊びましょう。

★消防署見学★

28日(木)

10:00~10:45

☆事前の予約が必要です。(先着20組)

5月1日(金)から予約を開始します。

※雨天の場合は6月3日(水)に延期します。

★育児講座・トイレトレーニング★

16日(土)

受付: 9:45~

時間: 10:00~11:00

場所: 2階 ぞう組保育室

講師: 相談員 小倉 洋子

☆予約制(先着 10人)

※当日お子さんは参加できませんので、都合をつけていただくようお願いいたします。

都合のつかない場合は託児(先着4名)も行いますのでご相談ください。ハイハイをする前のお子さんは抱っこで話を聞くことができます。

※託児希望の方は5/7(木)までにお申込みください。

※16日(土)は育児講座に参加される方のみの利用となります。通常利用はありません。

★地域交流★

15日(金) ☆予約制(6組)

新宿保育所の年長さんが

保育所のお部屋を案内してくれます。

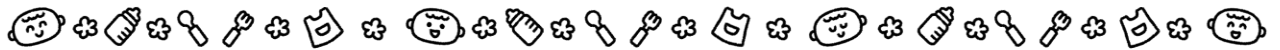
6月の予定

- お父さんもあそぼう
6、13、20日(土)
 - 身体測定
10日(水) 24日(水)
 - 作って遊ぼう『ブードン』
15日(月)~19日(金) ☆予約制
 - 男性保育士と遊ぼう
20日(土)
 - 地域交流
決まり次第お知らせします。☆予約制
 - にこにこ育児講座
「心に響く絵本との出会い」2日(火) ☆予約制
(絵本講座のみ5月18日より予約開始)
「口腔内の発達と食事援助」27日(土) ☆予約制
「看護師の講座」30日(火) ☆予約制
 - わらべうたの日
23日(火)
 - ふれあい遊び
9日(火)
- ☆予約制と記載のあるものは事前予約をお願いします。6月1日(月)開始です。

《食べるって楽しい!!》

食べることは生きる力であり、「食べるって楽しい」という気持ちを育ててあげることが大切です。家族と一緒に食べることで「だれかと一緒に食べることは楽しい」「自分でもっと食べたい」と感じ、食べる意欲につながります。

離乳食の進み方には個人差があり「食べてくれない・・・」「こんなに食べていいのかな？」といろいろな悩みがあると思いますが、楽しく食べることが「食」への第一歩です。食事中のお子さんのサイン（指差しや視線）を受けとめながら、「おいしいね」「見ているよ」と目と目を合わせ共感を積み重ねていきましょう。



《手づかみ食べってなに？なぜ大切なの？》

手づかみ食べとは、子どもが自分で手を出して食べることです。

9か月頃から自分で手を出して食べてみようとする事が多くなります。

手づかみ食べをすることは、目で確かめて、手指でつまんで口まで運んで入れるという感覚が育っていきます。たくさんこぼしてしまう時期ですが、“自分で食べている”という満足感を共感して意欲を育てていきましょう。



*千葉県 保育所食育サイト「おいしい！元気！ちばキッズ」も参考にしてください。
保育所の食事や食への情報を、保育所栄養士が発信しています。

離乳食 Q & A



育児講座の参加者の方から頂いた質問の一部を紹介します。

- | | |
|--|---|
| Q 市販のベビーフードを多用するのは、良くないのか。 | Q 全卵を与えてもよい時期はいつ頃か。（5か月初期食） |
| A 離乳食作りが精神的な負担にならない程度に活用するとよい。味が濃いのが気になるようなら、おかゆやマッシュポテトなどに混ぜ合わせて与えてもよい。 | A 6か月頃に固ゆでしてペースト状にした卵黄からスタートし、7か月から完全に火を通した全卵を与える。家族に食物アレルギーがあったり皮膚が弱かったりして心配な場合は、医療機関に相談してもよい。 |
| Q 麦茶はいつ頃から飲ませればよいか。母乳を飲んでいるので、まだ麦茶は必要ないと言われたが。（3か月） | Q 見せてくれた離乳食の量よりも沢山食べる。その後ミルクを全く飲まないが大丈夫か。寝つく時だけ飲んでいる。（8か月中期食） |
| A 保育所に預ける予定がなければ、急がなくてもよい。（離乳食講座参加の方は、7か月頃から始めた。）市販のベビー用麦茶は、生後1か月過ぎから飲めるものもある。 | A ミルクを減らしていく過程なので問題ない。 |