10月

いちい子育て支援センター

繋がる ～おたより～

第７号

～子育て家庭のみなさんへ～

みなさんお元気ですか。新型コロナウイルス感染拡大防止のためにとられた「蔓延防止等重点措置」の解除、県独自のステージの引き下げには、誰しもが緊張感のやわらぎと、安堵を感じずにはいられませんでした。しかしながら、子育て家庭のみなさんには、１ヶ月半の様々な制限が増えた中でのたくさんのご苦労を想うと、本当に頭が下がる気持ちでいっぱいです。センターにあそびに入っていただくことができないというご不便をおかけしましたこと、本当に申し訳ありませんでした。人流の抑制、日常の我慢によって、守られた大切なお子さんやそして、親御さんの健康への感謝に重きを置き、また、みなさんの努力や頑張りにより戻ってきたセンターの再開もあることに心から感謝したいと感じています。

さて、センターはといいますと、あそびに広がりが持てるよう準備したり、いつものように安心して遊んでいただける場であるよう進めていけたらとも考えております。季節は、秋。あなたのかわいいお子さんをお連れになってよかったら、センターにあそびにいらしてくださいね。お待ちしています。

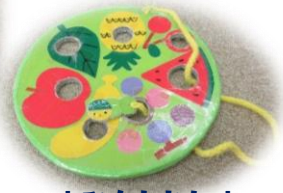
☆ハッピーハロウィン☆

今年の仮装はこれね！！

ままごとコーナーのひとコマより

～センターのあそび紹介～

♪コロコロきのこ♪



♪ひもとおし♪

他にも楽しいあそびがたくさんあるよ！

～絵本の紹介～

『どんぐりないよ』より

『おべんとうバス』より

～コロナ対策～

☆マスク着用　☆手洗い

☆換気　☆ソーシャルディスタンス

ホッとなごんで心の健康

～秋のあそび紹介～

秋はお外あそびが充実！！小さなお子さんも、葉っぱや木の実拾いに夢中になっちゃいますね！

♪どんぐりひろい♪

☆ペットボトルがお役立ち！！

☆絵を描いたり色を塗ってみよう！

※小さい木の実は口に入れないよう気を付けてね！

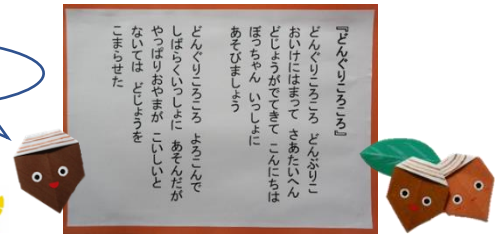
※どんぐりから虫が出てくることもあるので、煮沸をしたり冷凍庫に入れてから使いましょう！

♪おちばひろい♪

☆拾った後は、しおりにしたり画用紙に貼ったり、お部屋に飾るのもいいですね！

☆100 均にも売っているラミネートを使うと保管や加工がしやすいですよ！

歌ってみよう♪



☆栄養士による食育コーナー☆

1 歳を過ぎたらスプーンやフォークを使って食べる練習を始める方も多いと思いますが、みなさんはどのようにお考えですか。スプーンを投げたり、食べこぼしたり、うまく食べられずかんしゃくを起こしてしまったり、いろいろな経験を重ねて上手に食べられるようになっていきます。親御さんはとても大変ですが、急がず、お子さんのサポートをしていけたらいいですね。

≪スプーンに興味を持つために…≫

スプーンやフォークを手の届くところに置き、いつでも興味を持てるようにする

すくう、刺す、口まで運ぶことをサポートし、自分でできたという満足感につなげてあげましょう！

※少しでもやろうとした時できた時には、たくさん褒めてあげましょう。お子さんのやる気がでてきてどんどんチャレンジする子になっていきますよ！

≪スプーンやフォークの持ち方≫

・乳幼児期の子どもの手指は、小指のほうから発達し、次に親指のほうにも力が入るようになります。

ステップ1：小指に力が入っている頃は…手のひら握り

ステップ 2：親指に力が入るようになると…指握り

ステップ 3：自分で食べる経験を重ねるようになると…鉛筆握り

※持ち方には個人差があるため、手のひら握りをせずに指握りをするお子さんもいます。手や指と同じく、乳幼児期は関節の動きも未熟です。最初は肘を曲げて食べ物を口に運びますが、徐々に肩や手首など動かして、上手に口まで運べるようになっていきますよ。

食事の環境を整えて、食の意欲を高めましょう

☆大人の食べる様子を見て、食べ物に興味を持ち、食べ方を学んでいけるので家族一緒に食事ができたらいいですね。食べることの楽しさを感じることがよりできますよ。

できれば、食事中はテレビなどを消し、おもちゃは食卓から見えない場所に置きませんか～

みんなでご飯を食べるって楽しいな♪と感じられることが、食への意欲・心の育みへとつながります。心の豊かさが、次のステップへの後押しにもなりますので、「秋のおいしい！」をご家族みなさんで味わい、感じられるといいですね！

養成教本「幼児食の基礎知識＋幼児食移行期の食事」より参照・参考

月 1 回　栄養相談 9:00～11:00 実施
わからないことや悩んでいること等、どんなことでも OK です！
（詳しくは HP をご確認ください）