



赤ちゃん通信

12月ぐーちーぽー

2024



気温が低く寒い日が多くなってきました。体調は崩されてませんか？これから益々寒くなってきますが、支援センターは室内を暖かくし、皆さんの参加をお待ちしています♪
街中がイルミネーションで飾られてくるとワクワクしてきますね♪今月はクリスマス会が予定されていますのでぜひお越し下さい♪

子育て支援センター 12・1月の日程

●赤ちゃん交流広場「ばんびぶち」 時間 9:30~11:00

日付	内容		対象	場所
12/3 (火)	おひるねアート	★2025年バージョンを背景にお子さんの写真が撮れます！年賀用にもどうぞ♪	0歳児とその保護者	會津稽古堂3階和室
12/10 (火)	英語でクリスマス	★英語教室の先生と一緒に、英語に触れながらクリスマス会を親子で楽しみませんか？	〃	〃
12/21 (土)	手作りおもちゃ	★ばんびぶちで人気のおもちゃを作ってみましょう！パパやおじいちゃんおばあちゃんの参加も待っています。	〃	〃
1/7 (火)	赤ちゃん交流広場	★看護師による健康相談ができます！身体測定もおこないますのでぜひお越しください！	〃	〃
1/21 (火)	ママヨガ	★お子さんと一緒にヨガをしましょう！リフレッシュの時間にどうぞ！！	〃	會津稽古堂健康スタジオ

●子育て交流広場「ばんびクラブ」 時間 10:00~11:30

日付	内容		対象	場所
12/4 (水)	我が家の防災対策	★小さな子どもがいるときに災害がおきたら…？市役所危機管理課の方を講師にお招きします。疑問、質問をしてみましょう！	1歳以上児とその保護者	ふれあいハウス
12/18 (水)	クリスマス会	★会津短大の学生による劇・楽器遊びを鑑賞しながら、楽しく過ごしましょう！	〃	〃
1/8 (水)	だんごさし	★伝統行事を体験しましょう！絵の具を使用します。汚れても良い服でご参加ください。	〃	〃
1/29 (水)	幼児食	★栄養士による講座です。※託児あり 持参物：エプロン、三角巾	〃	會津稽古堂 クッキングスタジオ

先月の支援センターの様子



動いて遊ぼう



親子でリトミック



離乳食講座

★子育て支援センターの内容紹介★

親子交流 & 身体測定

11月19日(火)離乳食講座
栄養士による離乳食講座を開催しました。今回は後期・完了食期の講座で、五目野菜煮、もちもちバナナ、米粉お好み焼きを作り、試食してもらいました。
3回食になり、レパートリーに困っているママも多く、今回のメニューは大人のメニューからの取り分けメニューや、ポリ袋で下処理ができるもので、参加者からもとても好評でした♪
交流会に栄養士が参加することもありますのでぜひお越しください。



◇発行◇

中央保育所子育て支援センター TEL:0242-28-6926



お気軽にご利用下さい♪

会津若松市花春町2-1

URL:www.city.aizuwakamatsu.fukushima.jp

☆所庭開放・絵本貸出・電話相談もおこなっています。平日9時~17時

親子でほっこり

★わらべうたで親子でゆっくりとした時間を・・・★



もちっこやいて

手遊び♪

遊び方

- ①♪もちっこやいて…子どもの両手の平を下にして、上から軽く握り、上下に4回動かす。
- ②♪とっくらきめてやいて…手を握ったまま、手首を返して、手のひらを上に向ける
- ③♪しょうゆをつけて…一方の手のひらをもう一方の手でなでる
- ④♪食べたら…両手のひらを頬にあてる
- ⑤♪うまからう…頬をすりすりなでる



もちこ やいて とっくらきめて やいて しょうゆ つけて たべたら うまからう



赤ちゃんとの

絵本の時間



《会津図書館の司書さんより、赤ちゃん向けの絵本の紹介コーナー》



「はーい！」の絵本



『はーい！』 拡大版
みやにし たつや // 著 アリス館
名前を呼ばれたら、どんなふうにお返事するのかな？
身体の特徴を生かした「はーい」が楽しい絵本です。

『はーい！』
中川 ひろたか // 文 まるやま あやこ // 絵
光村教育図書
お返事した友達へ、プレゼントを「はいどうぞ」。もらった友達は、さっくんへ「ありがとう」。繰り返しが可愛い絵本です。

●会津図書館のもよおし●

★赤ちゃんおはなし会★

12月5日/19日(木)

10:30~11:00

★0~3歳のおはなし会★



絵本のご相談や、おはなし会のお問い合わせ
会津図書館
栄町3-50(會津稽古堂2F)
TEL: 0242-22-4711
FAX: 0242-22-4702
お気軽にどうぞ!



安全に食べさせるために～窒息対策～離乳食期は初めて食べるものが急激に増えます。注意が必要な食べ物や安全な調理法などを知っておきましょう。離乳食完了期(おおむね1歳半)以降も子どもが食べる様子を見て、食材の種類や大きさ、固さを調整しましょう!

気を付ける食材	対策
ぶどう・ミニトマト・さくらんぼ・うずらの卵など丸くてつるっとしている物	1/4に切る
ソーセージ	縦に半分～1/4に切る
ピーナッツ、煎り大豆、あめ	5歳以下には食べさせない
パン類・ごはん・餅・焼き芋・せんべいなど口の中にくっついたりばさばさして飲み込みにくいもの	・食べる前に水分を取らせる ・少しずつ口に入れ、噛んでいるか確認
固いリンゴ、人参・弾力のあるきのこ等かみ切りにくいもの	・りんごは完了期まで加熱する ・細かく切る ・きのこは繊維を断つように1cm程度に切る