



広田保育所子育て支援情報誌

すきっぷ通信

令和 7年度 No.2

ベビーすきっぷ交流ひろば

—5・6・7月の予定—

- ★対象……0才児と保護者（赤ちゃん向けの広場です）
- ★定員……なし

月日	申し込み	時間	内容	場所
5/22 (木)		9:30 ～ 11:00	参加者同士の交流や育児相談他、ふれあい遊びを楽しみましょう！ ※身体測定もあります。	河東保健センター 2階
5/29 (木)				
6/26 (木)				
7/17 (木)				

すきっぷ交流ひろば

- ★対象……1歳～未就学児と保護者
- ★定員……なし



月日	申し込み	時間	内容	場所
5/23 (金)		9:30 ～ 11:00	参加者同士の交流や育児相談他、ふれあい遊びを楽しみましょう！ ※身体測定もあります。	河東保健センター 2階
6/20 (金)				
7/25 (金)				

広田保育所子育て支援センター

☎0242-93-5510 (育児・栄養・健康などの相談ダイヤル)

※申し込みが必要ですので、予定をご覧になり連絡をお願いします。
希望の時間を前日までに予約してください。
今年度よりお申し込みは、ロゴフォームからお願いします。
キャンセルする場合は、これまで通り電話での連絡をお願いします。

子育て支援講座

- ★対象……0才児から未就学児の親子
- ★定員……20組
- ★持参品……バスタオル・汗拭きタオル・飲み物・着替え
- ★動きやすい服装でお越しください



月日	申し込み	時間	内容	場所
6/19 (木)		9:30 ～ 11:00	親子でリズムに合わせてダンスをしたり、身体を動かしたりして楽しみましょう！！	河東公民館2階

☁ ☁ ☁ ☁ ☁

◎ 広田保育所の所庭であそぼう！
※所庭を開放しています。天気のいい日は、ぜひ遊びに来ませんか？

☁ ※安全のため所庭開放の時間帯は正門が開まりますので、裏門からお入りください。

※遊びに来た時は、保育所のインターホンを押してください。来所名簿への記入をお願いします。

離乳食紹介

メニュー

- ・おかゆ
- ・じゃがいもと小松菜のスープ
- ・豆腐とかぼちゃ煮
- ・ブロッコリーやわらか煮



<作り方>

- ① だし汁を作ります。
鍋に1ℓの水を入れ、沸騰したら、かつお節大さじ3を入れ、火を止めて、だしが出るのを待ち、ザルでこします。
- ② ①のだし汁でじゃがいも(5mm角)、かぼちゃ(8mm角)、ブロッコリー(1cm程度カット)をまとめて柔らかく煮ます。
- ③ (豆腐とかぼちゃ煮)豆腐を①のだし汁で煮て、②のかぼちゃとあわせる。
- ④ (じゃがいもと小松菜のスープ)②のスープで小松菜(5mmカット)やわらかく煮る。②のじゃがいもをあわせる。
- ⑤ (ブロッコリーのやわらか煮)②のブロッコリーを盛り付ける。ブロッコリーが食べづらそうな時は水溶性片栗粉、おかゆのおもゆでとろみをつける。

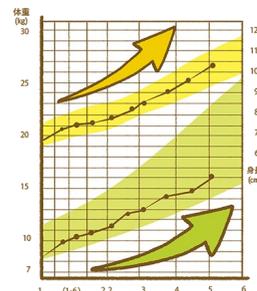
- * だし汁は多めに作り、製氷器に流し冷凍すると便利です。
- * 葉もの野菜と魚や肉の主菜の時はとろみ、あんかけにすると食べやすいです。
- * 季節の野菜を使うことでうま味やあま味、栄養も満点です。
- * スティック野菜など手づかみ、自分でつまんで食べれる料理を取り入れましょう。

お子さんの成長を「見える化」しましょう

ベビーすきっぷ交流ひろば、すきっぷ交流ひろばでは、毎月、身長と体重を計測します。ぜひ、母子健康手帳などの身体発達曲線(成長曲線)に記入して、成長を「見える化」してみてください。

グラフのカーブが大事

数字では、増えているかどうかはわかりませんが、グラフにすると、成長曲線に沿って、順調に増えているのが見えてきます。少し小さめでも、伸びの度合いに沿って育っているなら問題ありません。心配なのは、伸びの度合いが低いときです。



点にこだわらない

計測値を記入すると、つい「同年代の子どもに比べて大きいか、小さいか」に注目しがちですが、大切なのは経過です。例えば、成長曲線は2歳でグラフが分かれています。これは身長を立てて測るようになるためです。身長や体重はちょっとしたことで影響を受けるため、数字だけを見るのではなく、長い目で子どもの育ちを見守っていきましょう。

わらべうた 『たけのこめだした』

たけのこ めだした ⇒頭の上で両手で三角をつくり、上下させる
はなさきゅ ひらいた ⇒手を左右に広げて上下させる
はさみでちよんぎるぞ ⇒手をチョキにして上下させる
えっさえっさえっさっ ⇒手をグーにして前後にふる
さ ⇒じゃんけんをする

小さいお子さんは、歌に合わせて風呂敷のような薄めの布を両手で持ち、お子さんの頭の上でひらひらさせて「えっさえっさえっささ」で頭の上に優しくのせてあげると喜ぶですよ。

