

赤ちゃん通信
3月 ぐーちーぽー
 2024
 URL:www.city.aizuwakamatsu.fukushima.jp

先月の様子



キッズダンス
みんなで体を動かしたよ♪



ばんびクラブ
足形アート
&
バレンタイン
クッキング



お友達と
手をつないで
ダンス!



予約制となっておりますので参加の際は事前にお電話ください♪

ばんびぷち
「手形アート」
～バレンタイン～

日中は暖かく、春の陽気が感じられるようになりました。
 今年は雪が少なく、例年より、外に出る機会は多かったかもしれませんが、これからは増々戸外に出るのが楽しくなる時期ですね♪お散歩ついでに春を探してみてもいいかながですか？

子育て支援センター 3・4月の日程

赤ちゃん交流広場「ばんびぷち」

日付	内容	対象	時間	場所
3/19 (火)	「赤ちゃん交流広場」 ★親子交流や身体測定をしましょう！看護師とお話も出来ますよ！	0歳児と その保護者	9:30 ～11:00	會津稽古堂 3階和室
4/16 (火)	「後期食講座」 ★栄養士による「離乳食講座」です。こどもノートを持参ください。	9ヶ月～ 1歳3か月児と その保護者	9:45 ～11:00	會津稽古堂 クッキングスタジオ
4/23 (火)	「赤ちゃん交流広場」 ★親子交流や身体測定をしましょう！足形で「こいのぼり」のアートをしませんか？	0歳児と その保護者	9:30 ～11:00	會津稽古堂 3階和室

子育て交流広場「ばんびクラブ」

日付	内容	対象	時間	場所
3/6 (水)	「お楽しみ会」 ★今年度最後のばんびクラブです。みんなで楽しい時間を過ごしましょう！	1歳以上児と その保護者	10:00 ～11:30	ふれあいハウス
4/17 (水)	「シャボン玉あそび」 ★外遊具で遊んだり、シャボン玉遊びをしましょう！雨天時は室内活動をします。	〃	〃	〃
4/24 (水)	「看護師による健康相談」 ★幼児期の健康について看護師とお話出来ますよ！お子さん同士交流をしましょう！	〃	〃	〃



お気軽にご利用下さい♪

◇発行◇ 中央保育所子育て支援センター 会津若松市花春町2-1
 TEL:0242-28-6926 ☆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



★中央保育所の栄養士による 栄養情報コーナー★

ごくごく、もぐもぐ、おいしいね



自ら食べる意欲を育てる(大切な手づかみ食べ) 子どもノートp102~104参考

離乳食が3回食に進んだら、そろそろ「手づかみ食べ」に進んでもいい頃です。この時期、普段の生活の中では、自分で気になる物を見つけて手に取って舐めることが多くなります。目の前に食べ物を用意してあげると、手を伸ばして自分で口に運ぼうとします。

最初は口まで運ぶ調節もうまくいかないもので、床にこぼし、顔も手もべとべとです。きれい好きな方には、ストレスかもしれません。でも叱らないで下さい。汚さないように叱ったり、介助者が全部食べさせてあげていると、赤ちゃんの意欲をそぎ、食べる練習ができません。

食べ始める前に、子どもの足元に新聞紙かシートを敷き、手の届くところにおしぼりを用意しておくとう便利です。それでも汚れることが介助者の負担になるという場合は1品だけ手づかみ食べにしたり、はじめから汚しにくいメニューを与えたりします。

「手づかみ食べ」は、食べ物を目で確かめて、手指でつかんで、口まで運んで入れるという、目と手と口の連携ができることで上手になっていきます。上手に出来るようになるまで、見守ってあげましょう。この動きがスプーンやフォークを使って食べる動きに繋がっていきます。自分で食べきれない分は、介助者が食べさせてあげて下さい。

※手づかみ食べを赤ちゃんがしている時は、口に詰め込みすぎているかや食材の大きさが合っているかなどを確認し、窒息や誤飲のにも注意して与えてください。

●手づかみメニュー●



【野菜スティック】

にんじん、さつまいもなど 7mm角×5cmのスティック状に切り、柔らかくなるまで茹でる
※少量なら炊飯器でごはんと一緒に炊くと簡単にも柔らかくなります

【しらすの大根おやき】

大根…15g
しらす…15g
片栗粉…大さじ1.5杯
油…適量

- ①大根をすりおろす(汁は捨てない)
- ②しらすを湯通しする
- ③①(汁も)、②、片栗粉を混ぜる
- ④フライパンに薄く油を敷いて、弱火で焼く
- ⑤両面が焼けたら火を止める
- ⑥食べやすい大きさに切る

★わらべうたで親子のゆったりした時間を…★

しぐさあそび

ぶーぶーぶー



1. ぶーぶーぶー たしかにきこえる ぶたのこえ
2. めーめーめー たしかにきこえる やぎのこえ
3. ちゅんちゅんちゅん たしかにきこえる とりのこえ

【1番】

- ぶーぶーぶー
- ①両手でブタの耳を作り、両手を軽く上下させる。
- たしかにきこえる
- ②上体を左右に揺らす。

【2番】

- めーめーめー
- ③やぎのひげをしごくように片手を動かす。

【3番】

- ちゅんちゅんちゅん
- ④両手で鳥の羽を作り、羽ばたくように動かす。

★他の生き物をこどもたちと考えて、替え歌にしても楽しいです。しぐさも一緒に考えてみましょう♪

♪ 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》

なんだか楽しくなる！絵本



『うれしくて うれしくて』

かさい まり // さく くもん出版

なんだかうれしい。なんだか楽しい。そんな時はみんな踊りたくなったり、歌いたくなったりします。じゃあ、笑いたくなったりは…？ユーモアあふれる楽しい絵本です。



『ダンス ダンス タッタッタ』

かどの えいこ // ぶん ポコヤマ クリタ // え ぽぷら社

女の子が、おさるさん、ねずみさん、くまさんなどの動物や、あの「だれかさん」とダンスします。読みながら手足を動かしたくなる絵本です。

●会津図書館のもよおし●

☆赤ちゃんおはなし会☆

3月7日/21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!

