

あたたかい

10月まで

子育て支援センター
あ い り ん
0833 (41) 0735
担当: 高橋洋美
河井未帆
www.airin-youji.jp

2018. 10. 1 223号

朝晩ぐっと冷え込み、日中との気温差が激しくなってきました。日中はまだ暑いので衣服は迷ってしまいますね。子どもは体温が高いので、少し動くだけで汗ばんでしまいます。大人よりも1枚薄めの服を着て、上に羽織るものを用意しておくことで調節しやすいですよ。見た目ではなく、成長の発達の妨げにならないように腕や足が動きやすいものを選んでいきましょう。また、フードやひも付きの服は、遊具などに引っかかる危険がありますので注意してくださいね。気持ちよい秋晴れの下で伸び伸びと体を動かして、元気な体を作っていきましょう。

10月の予定

月	火	水	木	金	土
1 愛隣幼児学園	2 愛隣幼児学園 0~1歳半&妊婦さん	3	4 愛隣幼児学園 運動会(要予約)	5 中村総合福祉センター	6 愛隣幼児学園 (園庭開放)
8 体育の日	9 愛隣幼児学園 0~1歳半&妊婦さん	10	11 愛隣幼児学園	12 愛隣幼児学園 (中村使用不可のため)	13 愛隣幼児学園 (園庭開放)
15 愛隣幼児学園	16 愛隣幼児学園 0~1歳半&妊婦さん	17	18 愛隣幼児学園	19 中村総合福祉センター	20 愛隣幼児学園 (園庭開放)
22 愛隣幼児学園	23 愛隣幼児学園 0~1歳半&妊婦さん 親子ヨガ	24	25 愛隣幼児学園 お誕生日会	26 中村総合福祉センター	27日 お休み
29 愛隣幼児学園	30 愛隣幼児学園 0~1歳半&妊婦さん	31			

月・木・・・愛隣幼児学園 9:00~14:00
火・・・愛隣幼児学園(0~1歳半&妊婦さん) 9:00~14:00
金・・・中村総合福祉センター 9:00~14:00
土・・・愛隣幼児学園(園庭開放) 8:30~13:30

※なお、子育て相談サロンは愛隣幼児学園で、園庭開放、絵本貸出し、育児相談など随時行っています。



♡25日(木)お誕生日会

10月生まれのお友だちのお誕生日会をします。お誕生日の人は23日(火)までに誕生日用紙にご記入下さい。なお、当日の受付は準備の都合上できませんので、ご了承下さい。

♡4日(木)運動会(要予約)

時間 10:30~
場所 あいりん園庭
雨天 あいりんホール
かけっこやダンス玉入れをして、親子で思いっきり体を動かしましょうね。

♡23日(火)親子ヨガ 赤ちゃん親子(0~1歳半)

時間 10:30~要予約(15名)
場所 プレイルーム
講師 山田みゆき先生
呼吸法等を教わって、毎日の子育てにいかしましょう♪疲れた体をほぐして、リフレッシュ!!

お願い

- ★子どもさんから目を離さず、保護者の責任の下でお願いします。
- ★公共の物を大事に使いましょう。
- ★駐車場は前向き駐車(車の頭を園庭の方)でお願いします。
- ★環境のため、アイドリングを止めましょう。
- ★駐車場では特に子どもさんにご注意をお願いします。事故のないようみんなで気をつけましょう。

♡毎週水曜日は平田保育園(姉妹園)で子育て支援センターくだまつが開所しています。ぜひご利用下さい。

今月のおすすめ絵本 いろいろバス

作 ツペラツペラ 大日本図書

いろいろな色のバスが登場!さあだれが乗っているのでしょうか?そして、次に乗るのは誰でしょうか?楽しさいっぱいの色の絵本で、保育園の子どもたちにも大人気!!思わずバスにのって出かけたいくなりますよ。



先月の様子

敬老の日のプレゼント作り 9/14(金)



日頃の感謝の気持ちを込めて、壁掛けを作りました。おじいちゃん、おばあちゃん、いつもありがとう!

避難訓練 9/10(月)



保育園児たちと一緒に避難訓練をしました。「おかしも(押さない、駆けない、しゃべらない、戻らない)の話をして慌てず行動する大切さをみんなで確認しました。



11月の予定

- 10日(土)あいりんバザー
- 15日(木)お誕生日会
- 22日(木)~24日(土)子育てを楽しもう! 公開保育と子育て相談サロン

幼児食の悩み

少食、大食い、適量食べてほしい...

自分で食べる事への不安をお母さんの笑顔で解消

参考文献 イヤイヤ期2018~2019年版. Baby-mo 上田玲子先生(帝京科学大学人間科学部幼児保育学科教授)

幼児食は自分で食べる力を身につけ、食生活の土台を固めていく時期。必要な栄養がとれるよう、主食、主菜、副菜をバランスよく食べることが大切。ただ、大人にもたくさん食べる人、小食の人がいるように、子どもの食べる量にも個人差があります。体重の増え方を目安にして、その子なりの適量を食べているかを確認しましょう。体重曲線に沿って増加していれば、心配しなくても大丈夫です。この時期の食のイヤイヤは自分で口に運ぶことへの不安がもたっている、ともいわれます。まずは親が笑顔で食べて安全であることを示し、食べられたらたくさんほめて。小さな『できた』の積み重ねで食への興味が広がります。

見直しポイント4

- 1 食事の時間は規則正しく設定・・・空腹、満腹のリズム作りを!しっかりあそぼう!
- 2 硬さ、大きさをチェックして・・・食べ過ぎの子→大きめに切る、手づかみ食べなど 噛むことを意識してみましょう 小食の子→とろみ付けや柔らかく煮るなどの工夫を!
- 3 おやつルールはピシッと決めて・・・時間を決めて与えよう
- 4 お父さん、お母さんと食卓を囲む・・・神経質にならず食事を楽しむことを優先しましょう!

