



きしゃぼっぽだより



冬から春へ。日に日に暖かさが増し、自然の風景が変化していく季節です。木々の花が芽吹き、力強さを感じさせてくれます。3月と言えば、別れの季節。4月からのお子様の入園、お母様の仕事復帰を控え、期待と不安を感じていらっしゃることもあるでしょう。残り少ない日々もおしゃべりや遊びに来てください。きしゃぼっぽを卒業されるみなさん、これからもスタッフ一同、心より応援し、よりそっていきます。

3月の予定

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休館			ぴよぴよ タイム④	親子 クッキング		休館
8	9	10	11	12	13	14
休館			ぴよぴよ タイム⑤	誕生会		休館
15	16	17	18	19	20	21
休館					春分の日	休館
22	23	24	25	26	27	28
休館						休館
29	30	31				
休館						

栄養相談会～栄養士さんのお話～離乳食とアレルギーについて

離乳食 初期 ●ベビーフードは安全なの？

・品質管理は材料・調理・包装・衛生面など厳重で十分な注意が払われている。合成着色料、保存料、化学調味料など使用なし。塩分含有量もWHO規定より日本においてはそれ以下基準になっている。が、味も見た目も単調なものが多いため、ママが作った離乳食を主体にし、必要に応じて固形物（野菜やご飯、肉）などを加えて全体のエネルギーを考えるとよい。

●離乳食がそのまま便にでできます

・人参やほうれん草などそのままの色で便に出てくることがあるが、下痢がひどくならない限り、特に心配はない。

離乳食 中期・後期 ●大人と同じものを食べたがる

・与えられるものがあれば、少し取り分け赤ちゃんの目の前で潰したりするのを見せてあげるとよい。ごく少量なら、負担もかからず、気持ち的にも満足する。

●母乳をよく飲み、離乳食をあまり食べない

・お腹がすいているときに与える。その後母乳を与える。母乳の間隔も意識する。後期になると食事からの栄養摂取中心に移行していく。鉄分不足で貧血になるので肉・魚を取り入れるようにするとよい。

●アレルギーについて 皮膚症状が荒れていると空気中に浮遊しているタンパク質抗体が体内へ侵入し、食物アレルギーを引き起こすことがある。よだれかぶれや鼻水など皮膚をきれいに、清潔にしておくことが予防になる。

栄養士さんから一言・

食事に関する悩みは人それぞれです。一番思うことは「子どもと楽しみながら食卓を囲む」こと。お母さんの不安やイライラは子どもに伝わります。少し気を緩めて一緒においしく食べようという気持ちで接してください。これが1番の解決策だったりします。

節分会 2/3(火)



節分のクイズやペープサートで節分のことがわかりましたね。鬼は外～福は内～福豆のかわりにカラーボールで豆まきをしました。みなさんに福が訪れますように・・・

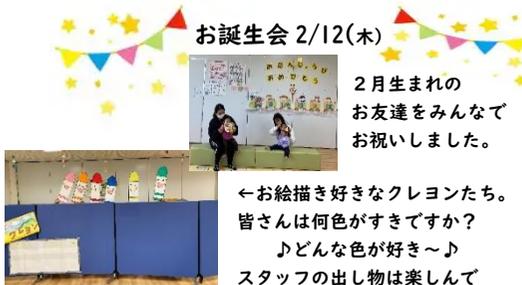
びよびよタイム(第3期)

2/4～3/11 毎週水曜



第1子の赤ちゃんとお母さんが対象です。わらべ歌やふれあい遊びをしたり、ベビーマッサージ、子育ての情報交換をしています。

お誕生会 2/12(木)



2月生まれのお友達をみんなでお祝いました。

←お絵描き好きなクレヨンたち。皆さんは何色が好きですか？♪どんな色が好き～♪スタッフの出し物は楽しんでもらえましたか。



1年間の思い出～たくさん遊んだね



「さよならあんころもち」わらべうた

♪さよなら あんころもち またきなこ♪

子どもさんと向かい合って手をつないで揺らしたり、お手玉をあんこ餅に見立てて丸めたり、頭にませ落としして遊びます。



3月のうた

うれしいひなまつり
つくしんぼ



4月の予定

14日(火) ベビーマッサージ
23日(木) 誕生会



いちご

平山和子 さく

子どもたちが人気のいちご🍓本物そっくりに描かれているので指でつまんで食べたくなります。真っ赤になるまでのいちごたちが「まだまだ…」

「もうちょっと」「さあ どうぞ」など、読み手とおしゃべりしているような気持ちになります。絵だけでも楽しめる絵本です。



誕生日会



6回の講座が修了しました。
 「子育ての悩みなど情報交換もできて気持ちになりました」などお母さんたちの感想がきけて良かったです。

クリスマス会のご案内



体重測定ができます

体重の増え方が気になる…
 授乳量が気になる…
 大きくなっているかな？
 いっても計測できます。気軽にスタッフに声をかけてくださいね。



マッサージ後、「よく寝てくれました」「久々に便が出ました」などの声もきかれましたよ。



誕生日会・夏祭り



ヨーヨー釣りや的あてなど色々なコーナーをまわり「これはなんだろう？」「触ってみたい」「やってみよう」と子どもたちの目が輝いていましたね。

こまめに水分補給をしましょう！

乳幼児の身体は、80%を水分が占めていますが、汗をかいて体温調節をしたり、尿として出したりして失われていきます。水分補給は、一度にたくさん飲むのではなく、汗をかく前にこまめに飲むようにしましょう。起床時・就寝前・遊びの前後・お風呂の前などに、コップ一杯を目安に飲むとよいそうです。

いない いない ばあ

松谷みよ子 ぶん

瀬川康男 え



世代を超えて読み継がれる絵本です。作者の松谷みよ子さんが子育ての中でわが子に語りかけていた言葉が





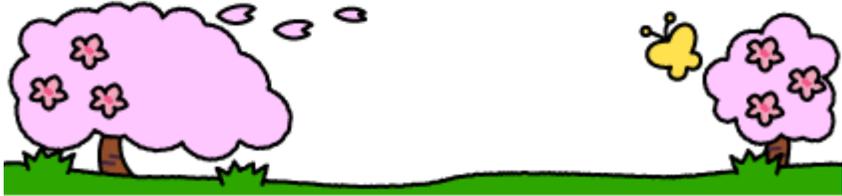
おもちゃには、

インパクトが強く、子どもが受け身で
(電動式おもちゃ、メディア、テレビ、

② 子どもが考え、工夫し、積極的に関わ
るものがある。シンプルで遊び方が限定

素材遊び)





おもちゃには、

- ① インパクトが強く、子どもが受け身でいても楽しめるもの→注意が必要
(電動式おもちゃ、メディア、テレビ、ユーチューブ、電子ゲームなど)
 - ② 子どもが考え、工夫し、積極的に関わると遊びが広がり楽しさが生まれるものがある。シンプルで遊び方が限定されていない。→育ちを支える
(つみきブロック、素材遊び)
- ・子どもの発達に沿うおもちゃの提供をすることで、低月齢でも意味のある遊びになる。手の発達を促すおもちゃを取り上げてみる。見た目は同じようなおもちゃでも、月齢の発達に合う大きさ、重さ、握りやすさがあり、つまむ、はなす、ひねるなどの動作が、スプーンを持つ、運ぶなど、おもちゃ遊びの中で、その後の発育につながっていることが理解できた。
 - ・目で球を追うおもちゃにおいても、目で追えないと球が穴から出てくるのをつかむことはできない。また、球が裏に回り一旦見えなくなることを予測したり、見えなくなっても待つことが出来れば、また球が出てくるということがわかる。待つことが出来ることは、関係関わってくる。
 - ・おもちゃを与えておけばよいのではなく、一緒に遊びを楽しむ、楽しんでやることで愛着の形成、人間関係が良好となることにつながる。





と



と

け



pixtastock.com - 74381405

