



とけいそうだより

月曜日から金曜日まで毎日、親子遊びや親子の仲間づくりの場として保育園を開放しています。子育て中の保護者の方や保育士と一緒に交流しながら子供たちと楽しい時間を過ごしてみませんか？お気軽に親子で遊びにお越し下さい。乗船寺保育園子育て支援センター TEL22-4407

乗船寺保育園 園開放予定表

5がっ...園開放はお休みの日になります。
自由遊び...各自親子でおもちゃや絵本などで自由に遊ぶ日です。

午前10時～午後12時 スケジュール表の遊び 午後12時～午後15時自由遊び

日	月	火	水	木	金	土
			1 おもちゃ遊び	2 風船遊び	3	4
5	6	7 お絵描き	8 しゃぼん玉	9 自由遊び	10 おもちゃ遊び	11
12	13 紙遊び	14 ボール遊び	15 おもちゃ遊び	16 外遊び	17 親子教室	18 子育て相談
19	20 風船・ボール	21 作って遊ぼう	22 外遊び	23 楽しく遊ぼう	24 おもちゃ遊び	25
26	27 自由遊び	28 段ボール遊び	29 作って遊ぼう	30 自由遊び	31 おもちゃ遊び	

※園開放ご利用の方は、水分補給用のお飲み物をご持参下さい。また外遊びの日は熱中症対策の為、帽子をご持参ください。作って遊ぼうの日はクレヨンを使用します。汚れても良い服装でお越し下さい

※5月17日はとけいそう親子教室です。5月18日は子育て相談日です。詳しくは別紙をご覧ください

《とけいそう親子運動教室》

日時：5月17日（金） 10時～11時30分
場所：乗船寺保育園 リズム室（3階）外階段よりお越しください。
活動内容：親子ふれあい遊び わらべ歌あそび 親子運動遊び
エアハウス ボール フラフープ 読み聞かせ
持ってくるもの：飲み物 お着替え おむつ 汗拭きタオル等

今月のテーマは離乳食・幼児食の与え方・対応についてです。

離乳食を与えるときは声かけを

離乳食は、赤ちゃんに栄養を与えるだけでなく、食べることの楽しさを教えることが大切です。赤ちゃんの様子を見ながらひとさじずつ与え、「おいしいよ」「にんじんだよ」など、やさしく声かけをしましょう。

離乳食を食べたがらないときは？

9～11か月ごろになると、食欲不振になることがあります。食べないときは、食材、調理法や味つけを変えて少しずつ与えてみましょう。ただし、無理強いはいしないこと。生活リズムを整えながら、しばらくするとすんなり食べることもあります。

手づかみ食べをしっかりとさせましょう

10か月ごろになると、食べ物を手づかみで食べようとする赤ちゃんが増えてきます。手づかみ食べは、「自分で食べる」ことのスタートですから、積極的にさせたいもの。ゆでたにんじんやトーストなどをスティック状に切ったもの、ひと口大のおにぎりやおやきなど、手づかみしやすいメニューを用意しましょう。手づかみ食べをしっかりとさせることで、自分で食べる意欲が育ちます。

遊び食べへの対応

乳幼児は、ある程度おなかが満足すると、食事に集中できなくなります。食べ物や食器で遊んだり、いすから下りて立ち歩くなど遊び食べを始めたなら、「ちゃんと食べようね」と声をかけ、赤ちゃんの場合は大人が食べさせましょう。それでも口を開けなくなったら食事の切り上げ時です。「もうごちそうさまにしていいかな？」と確認して、食べる様子がなければ食器を下げてしまいます。

《子育て相談日》

日時：5月18（土）1組1時間程度
場所：乗船寺保育園2階 リハビリ室
毎月1回、女性の心療内科ドクターで公認心理士（国家資格保持者）の専門医のカウンセリングを受けることができます。お子さんの心配な事、子育てで不安の思う事、産後の心の変化など相談でき、アドバイス、サポートいたします。個別相談になりますので予約が必要です。なお、カウンセリング料等は保育園が全額負担致しますのでお気軽にご利用下さい。詳しくは園担当者へお尋ねください。
子育て相談専門電話 22-4521

《楽しく遊ぼう教室》

日時：5月23日（木）
時間：10:00～11:00
（センター開放9:00～）
場所：指宿保健センター ↑予約QRコード
活動：運動遊び・体操・読み聞かせ
毎月1回、指宿保健センターに保育士を派遣し出張保育を行います。親子で遊びに来てくださいね。なお事前予約が必要です。上記のQRコードを読み取り予約をお願いします。
※詳しくは別紙をご覧ください。



- ★材料★（作りやすい量）
- ・食パン…1.5枚
 - ・卵 …1個
 - ・砂糖 …20g（大さじ2強）
 - ・牛乳 …100ml
 - ・マーガリン…小さじ2
- ★作り方★

- ①食パンを食べやすい大きさに切る。
- ②ボウルに卵・砂糖・牛乳を入れて泡だて器でよく混ぜ、①のパンを両面浸す。
- ③フライパンを温めてマーガリンを広げ、②のパンを並べてこんがり焼き目が付くまで焼く。裏返して両面焼く。

ホットプレートを使って、子どもと一緒に焼くと、おいしさ倍増です！