

ぴよぴよ



2021年 12月
たかがみねこども園
北区鷹峯土天井町53
TEL: 491-3300

12月の予定

☆身長・体重をはかろう&友遊館で遊ぼう♪

(12/9・木)

AM10:00~11:30

場所: 友遊館

『身長・体重をはかろう』はお子さまの身体測定を行います。赤ちゃん用の計測器もご用意しています。(次回は2月です) その後は、友遊館で遊びましょう。

※ 10組限定としますので、来園される場合は、必ず事前予約をしてください。



☆友遊館で遊ぼう♪

(12/20・月)

AM 10:00~11:30

場所: 友遊館

友遊館には、キッチンセットや大きなトレインカースロープなどの木のおもちゃや絵本がたくさんあります。みんなで遊びましょう。

※ 10組限定としますので、来園される場合は、必ず事前予約をしてください。

《新型コロナウイルス感染拡大防止のため、来園の際のお願い》

園へお越しの際には、

- マスクを着用してください(保護者・2歳以上のお子さま)
- 事前に検温をしてください(保護者・お子さま)
- 発熱(37.5度以上)や風邪の症状(咳・鼻水・下痢など)がある場合、また、発熱等の症状が改善してから24時間経っていない場合は、利用をご遠慮ください。

~おすすめ絵本~

『100にんのサンタクロース』

作・絵: 谷口 智則

発行: 文溪堂

子どもたちの大好きなサンタクロースが100人。画面にところ狭しと描かれています。サンタクロースの姿を見るだけで、子どもたちは喜びますが、そのサンタクロースがページをめくってもめくっても次々と出てくるお話です。



初めて口にする離乳食



赤ちゃんが母乳やミルクを卒業し、普通の食事ができるようになるまでの、大切なステップが離乳食。赤ちゃんの健康や発達に欠かせないものです。しかし、離乳食が始まると、食べないというご相談を受けたりします。「離乳食期の子もはすべてのものが初めて」の状態であることです。今まではミルクや母乳などの味の濃いものを飲んでいましたが、今までとは違う形状の薄味のものに変わるために、子ども自身も動揺しているのかもしれない。

☆口に入った感じ・味がイヤ

「スプーンを金属からシリコンに変えたら食べた」、「小さい細長い形のものに変えたら食べるようになった」、「手作りは食べないけどベビーフードはすごく食べる」というお話を聞きます。

離乳食の手作りはとっても大変。時間をかけて作っても食べなければ、親のストレスになってしまうこともありますね。そんなときは、思い切って市販のベビーフードだけにしてみるのもひとつの手かもしれません。ベビーフードを参考にして作った手作り離乳食を出してみると、意外と食べてくれるかもしれません。

☆お腹が空いていない、「食べる」がよくわかっていない

今までは1日に何度かあった授乳・ミルクタイムですが、離乳食になると決まった時間に食べるようになります。初めのうちは授乳・ミルクと並行で進むため、離乳食の時間にお腹が空いていないことも。新しい食材でなければ、一日のなかでいちばんお腹が空きやすい時間に離乳食タイムを持ってくるのもおすすめです。また、「モグモグしようね」「〇〇おいしいね」と声をかけたり、大人がモグモグと噛んでいる様子を見せてあげたりすることで、食べることや噛むことがわかるようになってきます。

☆離乳食は「取り分け」でもっと簡単に！

離乳食は「時間があるときにまとめて作っておいて冷凍」など、時間と労力がかかるイメージがありますが、それが負担になってしまうとイライラの原因につながることも。そのため、月齢次第では「大人のご飯を取り分けて、さらにお湯でぐつぐつ煮る」くらいの感覚で離乳食を作るのもおすすめです。

大人用のご飯や普通に作ったおかずを、お湯を入れて味付けを落とし、小鍋にとって月齢に合わせた固さまで煮る。スパイスや辛味などの刺激があるものはNGです。あとはベビーフードなどを利用して、簡単にもう一品追加しても。わざわざ別で一から作らないことで手間をかけないうえ、大人とお子さまが一緒のメニューを食べられる楽しさもあります。

基本的な配慮はしっかりとしつつも、「赤ちゃんだから」と特別に考えすぎないことも大切です。親子共に負担のない離乳食で、「食事は楽しい」ということを覚えてもらえるとよいですね。

小さな子どもの成長は、月齢よって「これができるようになる、あれができるようになる」などの基準のようなものがありますが、焦らなくても大丈夫！まだまだ長い子育て期間。ゆっくり楽しみながら、お子さまのペースで進んでいきましょう。