

～子育て家庭のみなさんへ～

コロナ禍とはいえ、世の中の「緩和」の雰囲気、多少の安堵を感じずにはいられないこの頃。みなさんお元気ですか。早いもので、今年も残りわずかとなりました。センター利用の皆様には、コロナ禍で、ご不便をおかけしながらも、様々なご協力をいただきましたこと、心から感謝いたします。本当にありがとうございました。

さて、毎月、順調に、お歌の時間やお話の時間、製作にゲームなども盛り込んだ「きらきらひろば」の企画への申し込みをいただいております。まだまだ、コロナ禍前のような計画は立てづらいですが、子どもたちの中に、そして、親御さんと一緒だからこそその「音楽を感じながらの触れ合い体験」「ぬくもりを改めて感じあう触れ合い体験」「感情が伝わることで知り得るふれあい体験」ができるような会になったらいいなと思い、準備を進めております。興味がある方はお問い合わせくださいね。

また、利用にあたり、子育て家庭のみなさんならではの、『気が付かれたこと』、よかったら、気軽に教えていただければ幸いです。今後のセンター開放に役立てさせていただきたいと考えております。そして、これからも、利用の親御さんやお子さんたちと一緒にセンターを作っていけたらと思っておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

クリスマスの準備をしよう！



みんな、喜んでくれるかな～

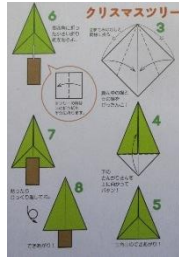
ままごとコーナーのひとコマより

# 12月

いちい子育て支援センター  
**繋がる**  
**～おたより～**  
第9号

～クリスマス工作に挑戦！～

### クリスマスツリー

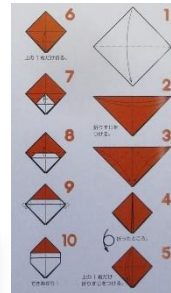


折り紙で気軽に折ることができますよ！お子さんとお絵描きをしたり、シール貼りを楽しめます！！

おへやに飾ると、  
かわいいね☆



### サンタクロース



～絵本の紹介～



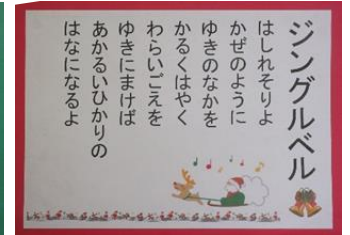
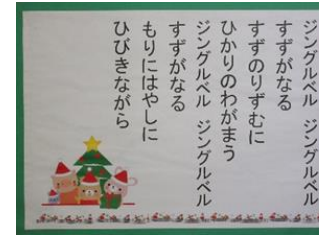
『サンタクロースだよ』より

～コロナ対策～

- ☆マスク着用 ☆手洗い
  - ☆換気
  - ☆ソーシャルディスタンス
- ホッとなごんで心の健康



～歌ってみよう♪～



### ☆栄養士による食育コーナー☆

～大人の食事を取り分けるコツについて～

子どもと大人とでは、咀嚼力や消化力が違うため、離乳食が完了しても、調理することがまだまだ大変です。同じ食材を使いながら、食材の固さや味付けを変化させて親子で楽しく食事ができたらいいですね。



《親子の食事を一緒に作るポイント！》

- ・大人用を味付ける手前まで調理し、その中から子どもが食べられる食材を取り出し調理します。(一歳半頃で塩分量大人の1/3程度)
- ・子ども用に味付け調理後、大人用を取り分け味を加える。
- ・アレルギー食材などお子さんが食べられない食材がある場合は、子ども用を取り分けた後に入れましょう。

☆三歳頃になると、ほぼ乳歯が生えそろう、上手に食べられるようになりますが、噛む力は大人の1/2程度と弱いです。味付けは同じでも、食べやすいように柔らかくしたり刻んだりしてお子さんに合わせて調理していきましょう。

月1回 栄養相談 9:00～11:00 実施

わからないことや悩んでいること等、どんなことでもOKです！

(詳しくはHPをご確認ください)