

令和5年度

いちい子育て支援センター
～繋がるおたより～
7月号



ギラギラ照りつける太陽が、まぶしい季節となりました。いよいよ、暑い夏のスタートです！

テレビ等では、お子さんの夏風邪、ヘルパンギーナやプール熱などが流行している情報を目にします。体調の変化には十分気をつけたいですね。休息をとったり、水分・栄養をしっかり摂ったりして、元気に夏を乗り切りましょう。夏ならではの遊び方を紹介しますので、試してみてください！

いちい子育て支援センターでは、利用されるみなさんが、楽しんで過ごしていただけるような環境づくりに努めています。かわいいお子さんをお連れになって、あそびにいらしてくださいね。

暑さに負けず、元気にあそぼう！！

～水・氷あそび～

ペットボトルに穴を開けるだけ！



風船に水を入れて凍らせてみよう！



風船を割ると、かたまり氷の完成！



製氷機や牛乳パックに水とおもちゃ・草花を入れて凍らせてみよう！



触ったり、砕いたりして

楽しもう！

冷たいものに触れるだけでも、暑さが吹き飛びますよ！ HP 画像より参考

今月のピックアップコーナー
☆七夕に願いをのせて☆

センター内に、七夕の笹を飾っています。よかったら、お子さんの成長・家族への思い等を短冊に書いて飾りませんか？あそびにいらした時に、お声をおかけしますね！



～育児相談～

遊びにいらした時にその場で、または、電話でも大丈夫です

090-5177-7171(センター直通)

～育児のつぶやきありませんか～
☆気軽に何でもお聞かせください☆

☆栄養士による食育コーナー☆

正しい姿勢で食べよう！～適切なテーブルとイスの高さについて～

お食事中的お子さんにとって、姿勢はとても大切です。よかったら、次のことを参考にしてみてくださいね。

離乳食を始める頃は、一人で座ることが難しい

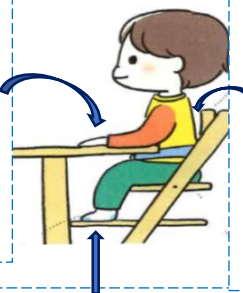
支えがなくても座れるようになったら、イスを利用してみましょう！

いので…



大人がひざの上に抱っこして支えながら食べさせても大丈夫です。赤ちゃんは、安心して食べることができそうです。

テーブルの高さは、ひじの届くくらいがベスト。テーブルが高すぎると、お皿に顔を近づけて食べるクセがつくことも…。反対に低いと、猫背になってしまいます。



空間ができたり高さが足りない場合は、クッション等を利用して、おしりの下に敷いたり、背もたれと背中の間に挟んだりして調節してみましょう。

足の裏が床または、足置きにしっかりとついている、背筋がピンとしている。

正しい姿勢を意識しながら、家族のみなさんと食卓を囲み、お食事時間を楽しみましょう！

「あんしん、やさしい離乳食オールガイド」参考・引用
～栄養相談 月1回 9:00～11:00 実施～詳しくは HP をご確認ください