

# ともしび保育園 ～そっとお耳にいたいお話～



2022年5月号

新緑の青葉にすがすがしさを感じる季節になりました。新年度から1ヶ月が過ぎ、保育園では少しずつ新しい環境に慣れ、子どもたちの笑顔が増えてきたのを感じています。

コロナウイルスはまだまだ予断を許さない状況ではありますが、今できることを考えながら地域の保護者の皆さんの子育てを一緒に支えていけたら、と思っています。

## <5月の予定>



### オープンスペース (月1回、9:30~11:00)

お子さんを遊ばせながらゆったりとしたひと時を過ごしませんか？  
地域専用の部屋を開放し親子で遊べるお部屋です。子どもの遊び場としてはもちろんの事、保護者同士の交流や情報交換の場となっています。地域担当者が滞在し身体測定を行ったり、身体のことや食事のことで気になる事があれば看護師や栄養士に相談することも出来ます。

今月は16日(月)を予定しています。2組限定です。



### 図書貸し出し

保育園にある絵本の貸し出しをしています。  
貸し出し日：毎週水曜日 お子様1人につき5冊、1週間貸し出しが出来ます。  
お気に入りの絵本を見つけてみませんか。

5月に開催予定だった「親子クッキング」、「誕生会」、「園庭開放」、6月の「リフレッシュ講座 ヨガ」「交流保育」はコロナウイルス感染拡大防止のため中止とさせていただきます。

お申し込みや詳細は、子育てひろば情報発信システム「こもれび」をご覧ください。

ぜひ、お子さんと一緒にご参加ください。

こちら👉



連絡先：ともしび保育園

◆電話番号 3644-2747

◆受付時間 月～金曜日 10:00～16:00

## 食事に関するお悩み Q&A

栄養士さんに聞いてみました



### Q 好きな物ばかり食べて他の物を食べてくれませんか。

A 苦手な物はその食材を食べ慣れていないこともあります。味付けや調理法、見た目の工夫をしてみると食べるようになるかもしれません。手間はかかりますが揚げ物にするとよく食べてくれることもあります。

### Q 食事中に立ち歩いたり落ち着きがなく困っています。

A まずはお腹がすいていることが大切です。食事やおやつの間隔を空けたり、体をたくさん動かして遊んでみましょう。また、テレビを消して食事に集中できる環境が整えられると良いですね。

### Q 離乳食から幼児食に移行する際、気をつけることはありますか？

A 咀嚼機能に合った大きさ、薄味を心掛けてみましょう。  
また、生もの(刺身など)は2~3歳を過ぎた頃から食べても良いと言われてはいますがまだ消化機能が未発達だったり食中毒の心配もあります。  
甘味の強いおやつ(チョコレート、アイスクリーム、ケーキ等)も控えめにして量の加減や特別な時にあげる程度が理想かと思います。

### Q 保育園では食べてくれるのにお家では食べてくれませんか。

A 今は黙食や仕切りを使って食べていますが友だちと一緒に食べる食事は嬉しいものです。保育園で食べられたことを褒めてあげ、家でも同じような味付けを試してみたり、楽しく食べる雰囲気大切にしてみましょう。



※もっと詳しく話を聞きたい方、ご相談は左記連絡先までお気軽にお問合せください。