



1月

大島つばさ保育園 子育て支援センターだより



冷たい北風が吹く季節になりました。これからの季節は、風邪や感染性胃腸炎などの流行が気になります。お出かけをする機会も増える時期ですので、外から帰ったらすぐに、うがい・手洗いをこころがけましょう。また、たっぷりの睡眠や温かい食事などを心がけ、子どもも大人も体調と向き合い、早めの対応で元気に冬を乗り切りましょう！



離乳食の紹介

試食は行いませんが、感触で硬さを確かめたり、離乳食を実際に見ていただきながら、栄養士が作り方のポイントをお伝えします。

また、離乳食についての悩み等にお答えします。

「かぶを使ったメニュー」の紹介をします。

もぐもぐ食（7～8か月）

「かぶとほうれん草のとりみ煮」

かみかみ食（9～11か月）

「かぶのそぼろあんかけ」

♡かぶには、ビタミンCや消化酵素のアミラーゼが豊富に含まれます。

冬が旬で鉄分やビタミンCを多く含むほうれん草と合わせることで風邪予防にぴったりな一品になります。

※離乳食の紹介は、センターにレシピとしてありますので自由にお持ちください。

1月の行事

日	曜	行事・内容
10	水	リズム遊び
15	月	すくすく計測・発育相談
29	月	お話ア・ラ・カルト 1月生まれの誕生会
30	火	離乳食紹介（要予約）
31	水	ベビーマッサージ

☆ベビーマッサージに参加される方は、バスタオルを持ってきてください。

オイルやローションを使いたい方は持参下さい。

☆行事開始時間はすべて10：30からです。

☆ご利用の際には、引き続き基本的な感染対策の励行にご協力くださるようお願いいたします。

☆咳や鼻水など体調不良の場合の来園は、ご遠慮下さるようお願いいたします。



お誕生会

ケーキを囲んでお誕生日をお祝いしましょう！

ごっこ遊びでケーキを切り分け、お友だちやお家の人にもどうぞ！一緒にお祝いしましょう！

- ・ケーキでお祝い
- ・質問タイム（お誕生日を迎えたお友達に、色々聞いてみよう）
- ・みんなでふれあい遊び
- ・記念のショットを撮ろう！

