

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越えましょう！



## 離乳食試食会 14日(火)

親子で離乳食を試食していただき、お母さんに味付けや硬さなどを実際に味わってもらうことでお子さんにあった離乳食を考える上でのサポートをさせていただきます。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。今回は、「豆腐」を使ったメニューの紹介をします。

もぐもぐ食(7～8か月)

「豆腐のうま煮」

かみかみ食(9～11か月)

「じゃが豆腐おやき」

お母さん方と情報交換しながら自分やお子さんに合った方法を見つけましょう！

色々な野菜をみじん切りにして入れると栄養満点！

## おやつ作り 28日(火)

「鬼まんじゅう」を作ります。

さつまいもが入ってゴツゴツした鬼の金棒みだいなまんじゅうです。できたてホカホカまんじゅうをいただきます！

## 1月の行事

日	曜	行事・内容
7	火	お話ア・ラ・カルト
8	水	リズム遊び
10	金	すくすく計測・発育相談
14	火	離乳食試食会 ※10日(金)までにお申し込み下さい。 ※キャンセルされる場合は、必ずお知らせ下さい。
28	火	おやつ作り ※23日(木)までにお申し込み下さい ※キャンセルされる場合は、必ずお知らせ下さい。
30	木	ベビーマッサージ



## こまを作って遊ぼう！

(いつでも作れます！)

折り紙や牛乳パックでこまを作ります。指1本で簡単に回せるので小さなお友だちでも楽しめますよ！

お子さんと一緒に作って遊びましょう！

キットは準備してあるので、ぜひ参加してください。

☆おやつ作りに参加される方は、エプロン、三角巾を持ってきてください。

☆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み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。

☆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。