

下田市地域子育て支援センター通信

平成26年度 2月発行

下田市敷根 761 番地 ☎27-2200

下田市子育て支援情報
ホームページアドレス
<http://shimoda-kosodate.net/>

暦の上では立春を迎え、春の訪れを待っていた植物たちも、あちこちで芽を出し始めたようです。寒さの中にも春の予感を少しずつ感じ、一歩ずつ春が近づいてきていますね。花壇やプランターのチューリップも芽を出し始め、日ごとに大きく生長しています。ヒューッと冷たい風が吹くと、つつい体を縮めて歩いてしまいますね。まだまだ寒い日は続きます。手洗い・うがいはもちろん、十分な睡眠と栄養をとり、元気に過ごせるようにしたいですね。

静岡県子育て支援推進事業(和光堂)から

- * 幼児食とは離乳食完了後大人と同じ食事に移行する過程の食事のことで、1歳(離乳が完了したころ)から3歳頃が目安とされています。
- * 幼児食を進めるうえでのポイントは①乳歯がそろっても咀嚼力は未発達。固さの目安は肉団子程度で薄味を心がけ、素材のおいしさを体験させましょう。②1日3食+おやつのリズムを作りましょう。③食べる楽しさを作りましょう。
- * よくかむことで得られる効果の一つに味覚の発達があります。よくかむと甘味・酸味・塩味・苦味・うま味といった基本的な味も感じやすくなります。あまりかまずに飲み込んでしまうとそのおいしさを十分に感じられません。よくかんで食べる習慣をつけていきたいですね。

ストレッチ教室



日頃の疲れをリフレッシュ
お友達と一緒にめでたう!

発育測定



お気に入りの本を見ながら測定
幼児食についてわかりやすいお話でした

1月のできごと



1月生まれ誕生会



静岡県子育て支援推進事業の和光堂

2月の予定

- 2日(月) 読み聞かせ会『アンデルセン』(10:40~)
- 4日(水) めだかルーム(午前)
- 9日(月) 発育測定(10:00~11:00)
- 13日(金) * 午後閉館(玩具消毒・洗浄)
- 16日(月) 体育館で遊ぼう(9:30~)
- 18日(水) あひるルーム(午前)
- 23日(月) 防災講座(10:00~11:00)
- 25日(水) うさぎルーム(午前)
- 27日(金) 2月生まれ誕生会(申込み25日まで) * 午後閉館(フロアマット消毒洗浄)

地震に備えて我が家の防災を見直しましょう。起震車による地震体験も行います。

3月の予定

- 2日(月) 体育館で遊ぼう(9:30~)
- 4日(水) めだかルーム(午前)
- 9日(月) 発育測定・発育相談(10:00~11:00)
- 11日(水) あひるルーム(午前)
- 13日(金) * 午後閉館(玩具消毒・洗浄)
- 16日(月) 「おおきくなったね」の会
- 18日(水) うさぎルーム(午前)
- 23日(月) 3月生まれ誕生会(申込み19日まで)
- 30日(月) * 午後閉館(フロアマット消毒洗浄)
- 31日(火) 閉館(年度末整理日)

皆さんでお子さんの成長を喜びあい、1年間を振り返りましょう。