

のびのび通信

2021年 10月号

ふじみ愛育会

勝瀬こぼと保育園 子育て支援センター”のびのび”

富士見市勝瀬632-1

TEL 049-263-8800

FAX 049-263-8841

涼しさを感じる虫の声に、色づく木々など、秋の深まりを感じる頃となりました。感染状況などを考えるとまだまだ我慢しなくてはならないことも多いですが、気持ちの良い秋晴れの下、大人も子どもものびのびと身体を動かしたりなど気分転換をしながら楽しく過ごしたいですね。10月は「遊びの広場」を中心に活動を再開したいと思います。よろしくお願ひいたします。

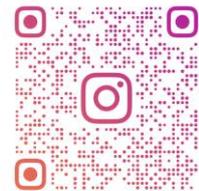


今月の予定

	月	火	水	木	金	土
午前					1	2
午後					★	
午前	4	5	6	7	8	9
午後	★	★	★	★	★	
午前	★	★	★	★	★	
午後	★	お休み	★	★	★	
午前	11	12	13	14	15	16
午後	★	★	★	★	★	
午前	★	★	★	★	★	
午後	★	★	★	★	★	
午前	18	19	20	21	22	23
午後	★	★	★	★	★	
午前	★	★	★	★	★	
午後	★	★	★	★	★	
午前	25	26	27	28	29	30
午後	★	★	★	★	★	

新型コロナウイルス感染防止に伴い、ご理解・ご協力をお願いします。

- 利用方法
- ・予約制となります。(午前・午後 各5組) ★印はあそびの広場
 - ・プレイルームのみの利用になります。園庭あそびはしばらくの間お休みです。
 - ・来園したら、玄関のインターホンを鳴らしてください。
 - ・スタッフが受付時に検温・体調チェックをします。
 - ・※前日の発熱、当日37度5分以上の場合はご利用できません。
 - ・マスク着用・入室時の手洗いをお願いします。



SHENGLAIKOBATOHOIKUE

勝瀬こぼと保育園の子どもたちの様子や支援センター『のびのび』のイベントのお知らせも掲載していきます。ぜひ、のぞいてみてください♪

※新型コロナウイルスの感染状況によって、閉室又はイベントの中止になることがあります。ホームページにて随時お知らせしますので、ご確認ください。
 ※お誕生日のお子さんにはカードをプレゼントします。お気軽にお声がけください。
 ※電話相談も実施しています。ぜひ、ご利用ください。

★印は遊びの広場

時間内はセンターで自由に遊べます。
 帰りの会では、手遊び・絵本・紙芝居・ペープサートなど楽しめます。

※子育て相談も行っていますので、お気軽に電話や来室時にお声がけ下さい。

🏠「あいあい」のおはなし会🏠

富士見市中央図書館読み聞かせボランティア「あいあい」のみなさんによる絵本・紙芝居・ペープサート・エプロンシアターなどがあります。
今月はお休みです。

🏥身体測定🏥

看護師が測定します。相談もできます。

日時：10月13日(水)
 10:00~10:45

※時間以外もあそびの広場として利用できます。
 定員：5組 ※10/1(金)から予約開始。
 来室または電話にてお待ちしています。

※今月は、月・水・金曜日に限り、「遊びの広場」でも身体測定ができます。ご希望の方は予約の際にスタッフにお声掛けください。

ぷち講座 ～手づかみ食べはなぜいいの？～

『のびのび』に併設している勝瀬こぼと保育園では、保育の中で手づかみ食べを大切にしています。なぜ大切にしているのか、少しご紹介したいと思います。

●『食べることは生きること』

子どもの意欲を引き出し、手指などの機能も向上させます。やがて芽吹いてくる自立心を育むことにもつながります。

●『自立への第一歩』

食べるということは命を保つこと、命を守り育てることです。自分の命を守る食べるという活動を「自分でやるんだ！」という一歩が始まることだと言えます。

★この他にも、手指の機能の発達を促し、「見て」「触れて」「味わう」といった一連の動作で感覚機能や運動機能の協調性を育てていきます。手づかみ食べはいいことがたくさんです♪

勝瀬こぼと保育園の0歳児クラス(離乳食)では、食前に軟らかく煮た”野菜スティック(歯固め)”を出しています。食事に集中できるように、食事前に一旦気持ちを落ち着かせしっかりと噛りこむ咀嚼する力を育てるためです。

お家の環境によっては「手づかみ食べ」がなかなか難しいこともあるかと思いますが、100円均一で購入できるレジャーシートや使い捨てできる新聞紙などを床に敷くなどして工夫しているお母さん方もいるようです。無理なく始められる”野菜スティック”も手軽でオススメですよ♪ぜひ、試してみてください。

参考文献: 山口平八・清水フサ子著書

～子どもの「手づかみ食べ」はなぜ良いのか？～より

～手づかみメニュー(離乳食レシピ)のご紹介～



パンケーキ風お好み焼き(1食分) 9カ月頃～

《材料》

- ・小麦粉(米粉) 大さじ3
- ・ベーキングパウダー 小さじ1/2
- ・水 大さじ3
- ・キャベツ(1cm角) 1/5枚
- ・人参(いちょう切り) 2cm
- ・ツナ水煮 大さじ1
- ・かつお節 少々

《作り方》

- ①キャベツ、人参は軟らかく煮しておく。
- ②全ての材料を混ぜ合わせ、水は調整しながら入れる。
- ③フライパンに薄く油をしき、手づかみしやすい大きさに生地を落とし、蓋をして両面を焼く。

★いろんなバリエーションも...

チーズ、粉チーズ、コーン、青のり、ほうれん草、ひじき、かぼちゃなどお好みの野菜とたんぱく質を組み合わせると栄養バランスがよいですよ。

蒸しパン 9カ月頃～

【基本の蒸しパン生地】

- ・小麦粉 100g
- ・ベーキングパウダー 小さじ1
- ・砂糖 大さじ1
- ・豆乳または牛乳またはミルク 100cc程度

《作り方》

- ①材料をすべて混ぜ合わせ、紙カップなどに分けて入れ、蒸し器で10分蒸す。
入れる材料によって水分を調整してください。

【バリエーション】

かぼちゃ さつまいも チーズ ヨーグルト
人参 小松菜 青のり りんご バナナ
きなこ ツナ ブロッコリー 豆腐 おから 等

★野菜やたんぱく質を組み合わせると、おかず蒸しパンになります♪

★冷凍ストックしておくのも便利です。