



9月の予定

6日(水) おやさい 朝の会	11:30~11:45
朝の会の最後にみんなで野菜スティックを食べます	
14日(木) 身体測定	10:00~4:00
19日(火) 幼児試食会	11:00~12:00
予約制(8名) ・参加費 300 円	
25日(月) コンシェルジュ 出張相談	10:00~11:00
28日(木) 誕生会	11:30~12:00



とんぼのめがね

とんぼのめがねは みずいろめがね
あおいおそらを とんだから
とんだから

とんぼのめがねは ぴかぴかめがね
おてんとさまを みてたから
みてたから

第4回

<子育て ワンポイント>

～ 噛む事は生きる力 ～

近年食生活の変化により、柔らかい物を好んで食べるため、子どもの噛む力が弱くなってきていると感じています。

人にとって噛む事は、生きていくための大事な行為であり、沢山噛む経験をする事で、次の5つの良さがありますので紹介します。

- ① あごを発達させます。
あごだけでなく、口を動かすことで表情も豊かになります。
- ② 唾液の分泌が増えます。
さらにカルシウムと結びついて口の中を清潔に保ち虫歯を予防します。
- ③ 脳を発達させます。
- ④ 食べすぎを防ぎます。
沢山噛む事で満腹感が得られます。これにより食べすぎを防ぎます。
- ⑤ 気持ちを落ち着かせ集中力を高めます。

<子育てサロンで大事にしている「食」の取り組み>

子育てサロンでは、「子どもたちの育ち」にとって食べる事はとても大事な事と考えています。「食」に関して様々な取り組みをしていますので紹介します。

6月に離乳食試食会がありました。子ども達は椅子に座り、手づかみでもりもり食べていました。そんな体験を通してお母さんたちは、「10ヶ月で少し食べ遊びが始まっているので、手づかみなど大切な体験について聞く事ができて良かった」「ご飯が美味しくて、大人が美味しいと思うものを、子どもにあげなくてはいけないのだと勉強になりました」など感想を話してくれました。これからも盛りだくさんの取り組みがありますのでお知らせします。

10月24日(火)と11月21日(火)恒例の出前保育 土手すべりをしてミニお弁当を食べます。
9月6日(水)と12月1日(金)おやさい朝の会 12月14日(木)クッキング「焼うどん作り」
1月11日(木)と2月28日(水)おやつ会 3月15日(木)は幼児試食会があります。

どの取り組みも「食べる楽しさ」があります。今から予定に入れていただき、参加をお待ちしています。