



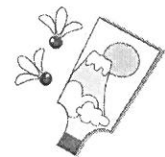
明けまして おめでとう ございます

本年も どうぞ よろしく お願いいたします

皆さんは、どのようなお正月を過ごされましたか。子ども達の笑顔は、私達を元気にしてくれますね。今年も、笑顔輝く1年にしたい  
と思います。昨年11月にサロンの玩具を新しくしました。『洗うことができ、舐めても安全な、木のぬくもりのある玩具』を購入しました。  
大人も子どもも大喜びで、笑顔で遊んでいます。遊びは子どもを発達させます。この冬、寒さに負けず元気に過ごしていきましょう。

<1月の予定 >

11日(金)	身体測定	10:00~16:00	
15日(火)	親子でダンスを楽しもう	11:30~12:00	
18日(金)	もちつき・誕生会	10:30~12:00	
	対象:2歳の誕生日を迎えた子から	予約制	定員10名
	持ち物:エプロン・口拭き・飲み物(お茶又水)	参加費	100円
22日(火)	おやつ会・食事相談	15:30~16:00	
25日(金)	絵本読み語り	11:30~12:00	
29日(火)	親子でダンスを楽しもう	11:30~12:00	
30日(水)	お野菜朝の会	11:30~12:00	



<子育てワンポイント>

~赤ちゃんの成長、発達に寄った離乳食 のすすめ~



①段階を追ってあせらずにすすめます

5ヶ月くらいになると母乳やミルクを「ゴクン」と飲み込むようになります。  
それは母乳やミルク以外の物を取り込み、消化出来るようになったという事です。  
そのタイミングを目安に離乳食をはじめ、飲み込みやすい物を与え次につぶして飲み込める物と段階を追って焦らず進めていきます。

6カ月頃は1日1回食、1さじずつ始めます。  
7~8ヶ月頃は1日2回食、舌でつぶせる固さにします。  
9~10ヶ月頃は1日3回食、歯ぐきでつぶせる固さにします。  
12カ月頃には1日3回食のリズムとなります。

②食べる意欲を育てます

離乳食を上手に進めるには、赤ちゃんがどういうふうに乗っているかを観察しましょう。  
食べる事は赤ちゃんの五感を育みます。目で見て確認して、口もとで匂いを感じ、唇で固さを確認して口の中に入れ、咀嚼して飲み込みます。赤ちゃんは食べる機能を獲得しながら、身体と心が絡み合って成長、発達していくのです。

③月齢ではなく発達を目安に進めます

赤ちゃんの発達には個人差が大きいものです。  
食べるための機能として大切な口舌、手指、口の動きの発達で「食べる事を学ぶ」のが離乳食の時期です。  
よく観察して進めます。離乳食が完了する頃「幼児食」へと移っていきます。その頃になると手指が発達し自分で食べられるようになっていきます。