

おかわり

ママのわらったかお
もういっかい
おかわり

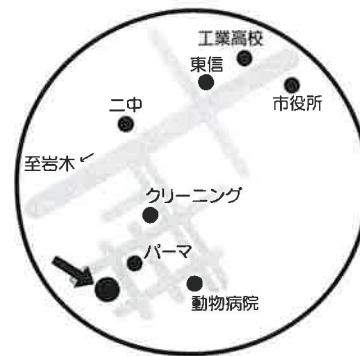
(2才女児)

ダビデ保育園子育て通信

(弘前市城西2丁目5の6 TEL 33-1206)



～こひつじだより～



11月の聖句



心の貧しい人々は、幸いである、天の国はその人たちのものである。

(マタイ・5・3)

これは決して、貧乏で毎日の食事にも事欠き、貧困のうちに暮らすほうがいいと言っているわけではありません。イエスさまの言う「心の貧しい人」とは自分の弱さや不完全さを知る謙遜(ケンソン)な人という意味です。自分がどんなに人間的に貧しく無力な存在に過ぎないかに気づいて、自分を超越する大いなる存在～神～に、素直に依り頼むことの出来る人は幸福だということです。

こどもの本

おいもをどうぞ!



柴野民三:原作
いもとようこ:文・絵
くまさんの畑で、おいもがどっさりとれました。くまさんは考えました。「ひとりではもったいない。おとなりさんにもわけてあげよう」思いやりが広がる優しい気持ちになる絵本です。

幼児食、かんで食べる練習

～大きさ、硬さ考慮、味つけ薄く～

離乳食から移行する“幼児食”で何をどう与えていいのか分からないと戸惑う親も多い。専門家は“かんで食べる練習をさせながら、食事を楽しむ”ことを心がけてほしいと話す。

大人と同じ菓子を食べさせて大丈夫? 食材の味つけや、どの程度の大きさに切ればいいのか分からない。野菜を食べなくなってきたのが心配、どうしたら好き嫌いがなくなるのか教えてほしいなどと、相談が寄せられている。

一般的に、母乳やミルクで育ててきた赤ちゃんに、食べ物をなめらかにすりつぶした状態の離乳食を与えるのは生後5～6ヶ月頃から、その離乳食を完了した1才半くらいから就学前くらいまでの食事を幼児食と呼ぶ。幼児食は、味覚の発達や規則正しい食生活を身につけるうえで大切だ。

歯の生え具合など、その子の成長に考慮しながら、かまないと食べられない大きさや、硬さのものなどを与え、しっかりとかんで食べる習慣を身につけさせてほしい。蒸しパンやバナナなどを子どもに持たせて食べさせても良い。味つけも大切で、強い甘みや塩分の多い濃い味つけになれてしまうと、味覚の発達を損なうこともあるので、素材の味を生かした薄味を心がけましょう。子どもは一度に食べられる量も消化できる量も少ないので、おやつも食事の一部と考えて、栄養を補う必要があります。スナック菓子は与えず、小さなおにぎりに麦茶、芋類や果物、乳製品などが、おすすめです。ごはんなどの主食や、肉や魚などの主菜に野菜の副菜を組み合わせ、栄養バランスに気を配りましょう。～読売新聞より～

感染性胃腸炎が増えています

11月～3月にかけて、感染性胃腸炎が流行しやすくなります。



主な症状 嘔吐、下痢、発熱

嘔吐・下痢は1日数回から、ひどいときには10回以上になる場合も。症状は1～2日でおさまることが多いです。

もしこれらの症状が見られたら、脱水にならないようにこまめに水分補給をしてください。症状がひどかったり、水分がとれなかったりするときは、医療機関を受診しましょう。

家族みんなで手洗いの徹底を

感染性胃腸炎は、ノロウイルスなどが手指を介して感染することで起こります。食事の前やトイレの後は、必ず石けんで手を洗いましょう。



11月の予定

1. 電話による育児相談

月曜日～金曜日 AM9:00～PM4:00



ダビデ保育園
33-1206

1人で悩まないでちょっと電話をしてみませんか? 心が軽くなるかも……? 御希望により面接、訪問、出張もいたします。ご連絡ください。

2. 看護師による保健相談

・子育てのこと、健康のこと、気になること、何でもご相談ください。

3. みんなであそぼう!

11月8日(金) AM10:00～12:00

「あそぼう!!」

寒さなんか吹き飛ばしちゃうくらい、たくさん体を動かして遊んじゃおう!! どなたでもどうぞ!!

※人数制限をやめました。

前日までの予約をお願いします。

新型コロナウイルス感染症対策として、以下のことに留意してご参加下さい。

- ・体温がT37.5℃以上ある、またカゼ症状等がひどい場合は参加をご遠慮下さい。
- ・活動中、密になるような時はマスク着用(大人のみ)をお願いすることがあります。