

令和7年度



なかよしぴよぴよだより



柞田子育て支援センター (0875) 25-5115

過ごしやすい季節になり、すっかり日が暮れるスピードも早くなりましたね。草むらでは虫のメロディーがたくさん聞こえてきます。この季節ならではの自然を楽しんでほしいと思います。ぜひ支援センターへ遊びに来て、親子で気持ちの良い時間を過ごして下さいね。

なかよし広場 11月の予定 赤ちゃんサロン

月	火	水	木	金
3 文化の日	4 戸外遊び	5 赤ちゃんサロン 離乳食講座	6 <u>身体測定</u> 神社で遊ぶ 絵本貸出日	7 戸外遊び
10 戸外遊び	11 紙芝居	12 <u>身体測定</u> 赤ちゃんサロン 絵本貸出日	13 戸外遊び	14 馬場先で 遊ぼう
17 楽器遊び	18 お休み ぴよぴよクラブ ちびっこフェスタ	19 赤ちゃんサロン	20 <u>ほっと相談</u> 制作「きのこ」	21 制作「きのこ」
24 振替休日	25 誕生日会 	26 電話相談のみ	27 戸外遊びのみ	28 電話相談のみ

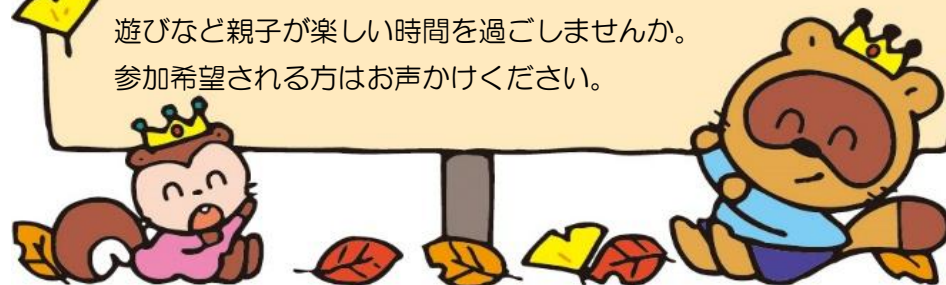
- ◆27日、28日、29日は、園行事の為センター使用不可、電話相談や戸外遊びのみとなっています。ご迷惑をおかけしますが、ご協力をよろしくお願いします。
- ◆18日のなかよし広場は大野原ぴよぴよクラブで「ミニミニちびっこフェスタ」開催の為、お休みになります。よろしくお願いします。

～お知らせとお願い～

- ◆予定に入っていない時でも戸外遊びを楽しめます。外で遊びたいときは、支援員に声をかけて下さい。怪我のないよう、遊具で遊ぶ時など。お子さんから目を離さずしっかりと見守っていただけたらと思います。虫さされの予防のため長ズボン着用がおすすめです。念のため着替えの用意もお願いします。

◆お話し会のご案内 12月8日(月)

トトロの会の皆さんが来て下さいます。絵本の読み聞かせや手遊びなど親子が楽しい時間を過ごしませんか。参加希望される方はお声かけください。



今月の制作

『ゆらゆらきのこ』
紙コップで作ったきのこ、帽子を触るとゆら揺れます。



12月5日(金)
しめ縄リース作りを予定しています。詳細は後日お知らせします。

ぴよぴよクラブの予定



4日	シール遊び
11日	リトミック
18日	ミニミニちびっこフェスタ
25日	ボール遊び

当日受付でプログラムをお渡しします。みんなで楽しみましょう。



なかよし広場ママ友メッセージ No.52



よく噛んで五感で食べよう



美しい盛り付けは
見ただけで食欲アップ

視 覚
(盛り付け)

サクサク、パリパリ、
咀嚼音は、自分の骨を伝
わって聞こえる音です

聴 覚
(美味しい音)

唇を閉じて
モグモグ、噛むと風味が
口の中から広がります

嗅 覚
(風味)

★食べる事の楽しさを伝えましょう

親も食事に関心を持って「何が入っているかな」「季節の食べ物は美味しいね」「彩りがきれいね」などと語りかけながら食卓を囲むと、子どもも自然に食への興味や関心が養われ、食事を楽しむ事ができるようになります。

★食事のマナーは親がお手本を

子どもは何でも真似をします。親が手本になって、食卓で無理なく食事のマナーが身につく工夫をしましょう。

五感は、生涯にわたり、食べる事の基本になります。食べ物を一口入れたら30回噛む事を目標に、五感を意識して食べてみましょう。
食事が何倍にもおいしく楽になりますよ。



食を通して育てたいもの



★いろいろな味を経験して、食べられるものを増やしましょう

苦手な物も調理を工夫してチャレンジを。食べられた喜びが子どもの自信に繋がります。

食べるの大好き！



味 覚
(味わい)

左右の奥歯でよく噛んで、
舌の上を何度も移動させると
おいしさをじっくり味わえます。

触 覚
(舌ざわり)

食べ物の形、大きさ、固さや
柔らかさ、飲み込んだ時の感
触などを楽しめます。



★おやつも食事の一部

一度にたくさん食べられない幼児にとっておやつは大切な4番目の食事。与えるときは果物や牛乳、乳製品など不足しがちなものを決まった時間に。水や麦茶で水分補給を忘れないようにしましょう。

★調味は素材の特徴を生かしてうす味に

濃い味に慣れてしまうと、成人してから生活習慣病発症のリスクが高くなります。



(財団法人 母子衛生研究所発行の冊子より)