

原町みゆき ひろばだより



のどかな春の日差しの中、お子さんと楽しい会話をしながら、ひろばにあそびにきてください。そして、園庭のこいのぼりに、負けないぐらい元気にあそびましょう。

5月の予定

- 11日(水) 身体計測(10時20分~10時50分)
- 13日(金) 0歳ひろば・0歳の子あつまれ
- 17日(火) 1歳ひろば・1歳の子あつまれ
- 23日(月) 2歳ひろば・2歳の子あつまれ
- 25日(水) 折り紙教室
- 27日(金) 離乳食講座
- 30日(月) 保育園ごっこ

*上記以外の日でも、手あそび、絵本のよみかかせ等を行います。

*身体計測、出前ひろば以外のイベントは、10時から11時の予定です。



♪ 今月のうた ♪

まるいたまごが ばちんとわれて
かわいいひよこが ピョップピョップ
まーあ かわいい ピョップピョップ

かあさんどりの おはねのしたで
かわいいおくびを ピョップピョップ
まーあ かわいい ピョップピョップ



離乳食を始めましょう!

前期食編 (目安5ヶ月から6ヶ月)

【前期食ゴックン期】

これから離乳食を始めようと思っても何から手をつけていいのか、わからないお母さんがいると思いますが、離乳食はこれから先の食生活におおきく関わっていく大切な食事です。1年かけてゆっくり、焦らず進めていきましょう。また、お母さんの負担になりすぎないように、できる範囲で行うことも大切です。

★ 穀類や野菜からはじめましょう

タンパク質は、アレルギーの心配があるので、まだ与えないほうがよいです。

フードプロセッサーや裏ごし器、すりこぎなどを使って作ってみましょう。

★ 硬さは、ドロドロ、ベタベタのヨーグルトぐらいが目安です。

★ 初めての食材は、1さじずつからが基本です。味付けはまだしなくて、いいです。

★ 注意する食品

はちみつ…乳児ボツリヌス症予防の為、満1歳までは使用しない。

卵…卵白はアレルギー症状を起こすこともあります。7ヶ月から8ヶ月以降、最初は固ゆでした

卵黄からはじめ、様子を見て全卵に進むようにしましょう。

牛乳…牛乳は1歳を過ぎてから。1歳前でも離乳食作りの材料としては使えます。

5月の予定

原町みゆきひろば(平成23年度)

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
2 一緒にあそぼう	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6 一緒にあそぼう
9 一緒にあそぼう	10 一緒にあそぼう	11 身体計測 (10時20分～10時50分)	12 一緒にあそぼう	13 0歳ひろば 0歳の子あつまれ (10時～11時)
16 一緒にあそぼう	17 1歳ひろば 1歳の子あつまれ (10時～11時)	18 一緒にあそぼう	19 一緒にあそぼう	20 一緒にあそぼう
23 2歳ひろば 2歳の子あつまれ (10時～11時)	24 一緒にあそぼう	25 折り紙教室 (10時～11時)	26 一緒にあそぼう	27 離乳食講座
30 保育園ごっこ	31 一緒にあそぼう			