



# じゃんけんポン



士幌町認定こども園  
 幼児教育課 子育て支援係  
 士幌町字士幌西1線172  
 TEL 5-2364

暖かい日が続き散歩や戸外遊びを楽しんでいる園児たちです。気温の変動に体調を崩すお子さんもいるようです。生活リズムを整えながら健康に過ごしましょう。

## 🌸🌸🌸🌸🌸🌸 6月 子育てカレンダー 🌸🌸🌸🌸🌸🌸

★ 士幌町認定こども園内 子育て支援室 ★

月	火	水	木	金
3 ちびっこ広場 9:30~11:30	4	5 のびのびの日 9:30~11:30	6	7
10 ちびっこ広場 9:30~11:30	11 キッズ・クラブ 10:00~11:30	12 のびのびの日 9:30~11:30	13	14 わんぱくの日 9:30~11:30
17 ちびっこ広場 9:30~11:30 栄養相談の日	18	19 のびのびの日 9:30~11:30	20	21 おひさまの日 9:30~11:30
24 ちびっこ広場 9:30~11:30 ※制作の日	25	26 のびのびの日 9:30~11:30	27	28

## 🐌 今月のせいさく 🐌

6月24日(月)  
 ちびっこ広場では  
 「かたつむり」を作ります。



★園行事のお知らせ★  
 6月5日(水)  
 9:00~11:00  
 春の交通安全教室のため  
 北側駐車場は**駐車禁止**に  
 なります。

※子育て事業は、町のHPのイベントカレンダーにも記載しています。

◆◆ おねがい ◆◆

- ・体調不良、風邪症状(発熱・鼻水・咳・下痢等)の  
見られる保護者、お子さんの利用は控えてください。  
熱中症予防のため、こまめに水分補給をしましょう。
- ・バスタオルの必要なお子さんは、衛生面を考慮し  
ご家庭から持参してお使いください。

🎵🎵🎵🎵🎵🎵  
**栄養相談のお知らせ**  
 6月17日(月)  
 9:30~11:30  
 子育て支援ルームちびっこ広場  
 ※詳細は、裏面をご覧ください。  
 🎵🎵🎵🎵🎵🎵

子育て相談について  
 電話や来園による子育ての不安や悩みの相談を  
 行っています。お気軽にご相談ください。  
 受付時間 月~金曜日 午前9時~午後5時まで  
 相談専用電話 5-2502

士幌町のHP・母子モには、  
 カラー版が掲載されています。  
 子育て支援便り→





## ～栄養相談～



「離乳食や食事を食べてくれない」「偏食があって栄養のバランスが心配」  
「食物アレルギーが気になる」など、お子さんの「食」に関する悩みや心配  
なことがありましたら相談してみませんか？

認定こども園栄養士の高橋直美さんがアドバイスをしてくれます。

☆対象☆ 0歳児から未就園児のお子さんを持つ保護者  
☆日時☆ 6月17日(月) 9:30～11:30  
☆場所☆ こども園 子育て支援ルーム

★この日は「ちびっこ広場」を行っておりますので申し込みの必要はありません。  
お気軽に参加、ご相談ください。

### Q 手づかみ食べは どうして大切なの？

A 「自分で食べる力」を育てます。  
食べ物を目で確かめ、手指でつまみ口まで運び入れるという目と手と口の協調連動です。フォークや箸など上手につかえる基礎となるものなので大いに手づかみ食べをさせてあげましょう。「自分で食べる」機能の発達も促します。

### 5～6か月頃

赤ちゃんから  
スタートのサイン

- ★スプーンを口に当てても嫌がらない。
- ★よだれ・だ液の量が以前より増えた
- ★支えていれば5秒くらい座っている
- ★大人が食べる様子に興味を持っている

### 7～8ヶ月頃

- ★前後にしか動かなかった舌が上下に動かせるようになります。舌で上あごに押し付けてつぶし、まとめて飲み込みます。
- ★口をもぐもぐ動かしているのを見守り、口の中が空っぽになってから次のひとさじを入れます。

## 離乳は自立への大切な一歩です ～「食べる力」を育てよう～

### 9～11か月頃

★指先をセンサーにしてさまざまな感触を楽しみだします食べ物を手でつかんだり、つまんだり、つぶしたりしますが、これらは食べ物の形や感触を学んでいる証。手づかみのメニューと、できるだけ自由にできるように汚してもいいように工夫しましょう。

### 12～18か月頃

★栄養のほとんどを離乳食からとるようになりますが、一度に食べられる量は少ないため、食事の間の「おやつ」で栄養を補います。母乳やミルクは欲しがらなければ飲ませなくても良いです。起床や就寝時間などの生活リズムや、遊ぶ、食べるといった気持ちの切り替えを促し生活習慣を整えていきましょう。