



よいこあつまれだよ

平成30年3月

嬉野市子育て支援センター 10:00~16:00

嬉野市嬉野町大字下宿乙1 185

TEL・FAX 0954-43-0100

早いもので、もう3月。朝晩はまだ寒い日もありますが、日中はほかほかと暖かい陽射しが多くなりました。春の訪れに心も弾みます♡♡...♡

・季節の変わり目は、体調を崩しやすい時期です。日ごろから外気に触れて気温の変化に慣れておくこともいいで

3月のスケジュール

月	火	水	木	金
			1 よいこあつまれ 楠風館 10:00~12:00	2 ひなまつり会 子育て支援センター 10:30~
5	6	7	8 ベビーマッサージ 楠風館 10:00~12:00	9
12	13	14 運動あそび(3B体操) 子育て支援センター 10:30~11:30	15 よいこあつまれ 楠風館 10:00~12:00	16
19	20	21	22	23
26	27 誕生会 子育て支援センター 11:00~	28	29 ベビーマッサージ 楠風館 10:00~12:00	30

*「ひろば」は、月曜日から金曜日、10:00~16:00。

*土・日曜日、祝祭日は、お休みです。

*ベビーマッサージは8日、29日に行います。予約制ですのでご希望の方は子育て支援センターまで。



かむ力のつけ方!!



かむ力をつけるために、まず大切なのは離乳食のとり方です。唇で食べ物を取り込めるようにしてあげると、歯茎や歯でかみ、舌でのどの奥に送るようになり、確実にかむ力がついてきます。子ども(赤ちゃん)の口の奥の方に食べ物を入れてしまうと、(かまずに)飲み込むしかないので食べさせるときには、注意しましょう。2歳以上は、「キュウリを食べるとどんな音がする?」などと言葉をかけながら、かむことの楽しさを伝えましょう。



...耳の日...

3月3日は「耳の日」です。子どもに多く見られる耳の病気には、中耳炎があります。かぜをひいたあとには、耳の痛みや発熱、耳だれなどの症状がないか、確認してみてください。もし、症状がある場合は、すぐに病院で診てもらおうにしましょう。

幼児の生活習慣

食事とおやつ

幼児は必要な栄養量が多い割に胃が小さいので、一度にたくさん食べられません。足りない分はおやつで補いましょう。食事やおやつは、時間を決めてちゃんと食べることが大切です。

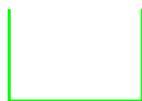
歯みがき

むし歯予防のため、食事のあとのブクブクうがいと、寝る前にきちんと磨いてあげましょう。

早寝早起き

昼間元気に遊ぶ子どもほど、夜はぐっすり眠るようになります。早寝早起きは生活のリズムの基本になりますから、小さいうちに身につけさせたい習慣です。





桃の節句: 魔除けの力があるとされる桃
桃の節句とは、3月3日のひなまつりの
はじまりは、災難を身代わりに引き受け
女の子の人形遊びである『ひいな人形』
云われています。 お子さまの健やかな

