



令和 7 年 3 月 1 日
大津保育園地域子育て支援センター “ひばり”
0547-39-5951
月曜日から金曜日 10:00～15:00
園庭開放 10:30～12:00

厳しい寒さも和らぎ、春の陽気を感じられる季節となりました。早いもので今年度も残り 1 ヶ月。この 1 年間を通して、たくさんの親子とお会いすることができました。保護者の皆様と一緒に子どもたちの日々の成長を近くで見守らせていただけた事、またその喜び共有させていただけた事、とても嬉しく感じています。ありがとうございました。今月もイベントが盛りだくさん！たくさんひばりに遊びに来てくださいね。待ってます♪

月	火	水	木	金
3	4	5	6	7
★赤ちゃん講座 (あそび・絵本)	★カレンダー 製作	会議のため 午後休み	まめっちょ お話会	★カレンダー 製作
10	11	12	13	14
		★卒ひばり	★かーこちゃん の ぬくぬく会	★卒ひばり
17	18	19	20	21
★ベビー マッサージ		大きく なったかな	春分の日	お話広場
24	25	26	27	28
★キッズ マッサージ	大きく なったかな			
31	4/1			
新年度準備のため、お休み				

行事の電話予約は平日の9時半から16時の間で受け付けています。

また天候や都合により、行事が急遽変更・中止になった場合は、当日朝の9時半までに島田市子育て応援サイト“しまいく”に掲載します。お出かけ前に、確認をよろしくお願いいたします。



3月31日(月)～4月1日(火)は
新年度準備のため、お休みとさせていただきます。ご了承ください。

★赤ちゃん講座(あそび・絵本)

10:15～ ※マイ支援対象者のみ

持ち物：母子手帳、バスタオル、飲み物

★カレンダー製作

午前・午後

持ち物：お子さんの写真

まめっちょお話会

10:15～ どなたでも♪

★ベビーマッサージ

10:15～

持ち物：バスタオル、飲み物、
授乳ケープ(必要な方)

★キッズマッサージ

10:15～

持ち物：飲み物

★卒ひばり

10:15～

※4月から保育園・幼稚園に
入園するお友だちを対象

★かーこちゃんのぬくぬく会

10:15～

今回は“乳児期からの性教育について”のお話です。

大きくなったかな(身体測定)

午前・午後 どなたでも♪

足形もとりますよ♪

お話広場

10:15～ どなたでも♪

※ 25日(火)の午前中、子育てコンシェルジュの
坂本先生が来所されます。

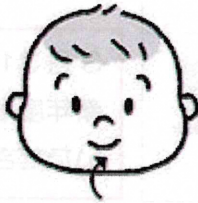
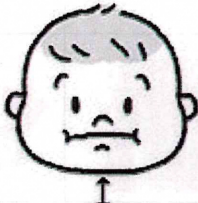
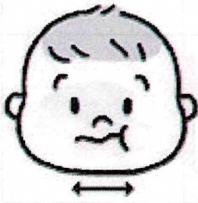
お話されたい方、是非どうぞ♪

★の行事は要予約です。
午後や行事以外の時間、
ひばりのお部屋は
自由開放をしています。



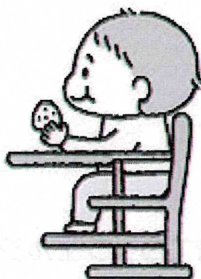
離乳食を進めるときのポイント

離乳食期、特に第一子のお子さんを子育て中の保護者にとっては、はじめての離乳食で不安や困りごとがたくさんあるのではないのでしょうか？離乳食は、固さや食材の種類、量を少しずつステップします。ただし、焦りは禁物です。お子さんの食べる様子をよく見て、ゆっくり食事を楽しみましょう。

月齢	初期 5～6か月	中期 7～8か月	後期 9～11か月	完了期 12～18か月
食べるときのポイント	・1日1回、1さじずつ始める。 ・母乳やミルクは飲みたいだけ飲ませる。	・1日2回食にし、生活リズムの中に食事の時間を作る。 ・食材の種類を増やしていく。	・1日3回食にする。 ・大人と一緒に食べて、食事を楽しむ。 ・手づかみ食べが始まる。	・1日3回の食事を生活リズムの中で定着させる。 ・手づかみ食で、自分で食べる楽しさを実感する。
食べ物の固さ	ポタージュ（滑らかにすり潰す）	豆腐（舌で潰せる固さ）	バナナ（歯茎で潰せる固さ）	肉団子（歯茎でかめる固さ）
歯の生え具合		乳歯が生えはじめる。	1歳前後で上下の前歯が8本そろう。	1歳半頃に奥歯が出はじめる。
食べる様子	口を閉じて食べ物を取り込み、舌で後ろに送り込める。	舌やあごを上下に動かすようになる。このとき、唇を左右に引く動きが出る。	舌を上手に動かせるようになり、食べ物を舌で歯茎に載せて、歯や歯茎ですり潰して食べる。あごが横に動き、唇が片方に寄る。	前歯でかみ取り、奥歯や歯茎でかめるようになる。
				

●食べるときは足が着く姿勢で

足が床にしっかり着いていると、かむ力を込めやすくなります。ベビーチェアの足置きや椅子の高さは、深く腰かけたときに、足の裏全体が着く高さにします。フロアマットや浴室用のマットなどを使って微調整するのもよいでしょう。



●スプーンは水平に引く

子どもの口に入れたスプーンを上向きに引き抜くと、食べ物が上あごに引っかかってうまく食べられません。子どもが口を閉じたら、スプーンは水平に引きましょう。



●幼児食になっても見守って

3歳以降、食べるのが上手になっても食べる様子を見守りましょう。ふざけて食べたり、6歳頃から永久歯との生え替わりで上手にかめなくなったりするために窒息する事故が実際に起こっています。