

あつまる つながる わかちあう

# あのねっ

Vol.36

平成 24 年 10 月

子どもたちが健康にすくすく育つには「環境・栄養・愛情」が必要です。  
このテーマを軸にパパ・ママが交流しながら子育てできる情報を発信します。

あのねっ こんな楽しいことがあったよ  
あのねっ いまこんなことで悩んでいるよ  
あのねっ一緒に楽しいことがしたいね

10月予定

## 子育てママ・パパのおしゃべりルーム

環境

子育ての楽しさや悩みなどを気軽におしゃべりしませんか

日	月	火	水 	木	金 	土
	1	2	3 	4	5 	6
7 	8	9	10 	11	12	13
14	15	16	17 	18	19 	20
21	22	23	24	25	26 	27
28	29	30	31			



0才～2才児対象



2才～就学前児対象



平日に参加できない方など  
(パパ参加大歓迎)



栄養相談  
(身長・体重測定)



絵本の時間  
11時～11時30分

\*水・金曜日の年齢は目安です。どちらの曜日に来ていただいてもOKです。  
\*栄養相談には母子手帳をお持ちください。  
\*平日に参加できないパパは、第1日曜日にお越しください。

## 開催します♪



### 親子体操

10月5日(金) 10時30分～11時30分  
小野市うるおい交流館エクラ 大会議室  
2歳以上対象  
先着20組  
講師：ステラートスポーツクラブの指導員  
持ち物：水分補給用飲料  
動きやすい服装でご参加ください。

秋のひととき、親子で体操をしてスキンシップを図ろう！

愛情



### ベビーマッサージ

10月10日(水) 10時30分～11時30分  
小野市うるおい交流館エクラ 大会議室  
1歳未満対象  
先着30組  
オイル代200円  
講師：cheri 西村 恵

持ち物：防水シート(レジャーシート)、タオル1枚  
バスタオル1枚、オムツ、赤ちゃんの飲み物  
肌と肌のふれあいが刺激になり、脳の発達、運動神経の発達、また、赤ちゃんが笑うことで情緒が安定します。

🌱 9月13日(木) 朝来市山東町の山東公民館内にある「山東子育て学習センター」の広場を訪問してきました。ママや子どもたちは、広いホールでボール遊びや三輪車などで元気いっぱい走り回っています。「1階に降りる階段に柵がなく危険では」と訪ねると、「ママが子どもたちから目をはなすことがないので安心ですよ」と、先生方からのお返事。ママ同士おしゃべりをして、リフレッシュしながら、子どもたちの安全に気を配っている様子が伺えました。

🎵 11月29日(木)には、「親子でワクワク、音あそび」を開催する予定です。元気な子どもたちとの再会を楽しみにしています。🎵



ひょうご 子育て情報楽座

## 手づかみ食べと離乳食

栄養

手づかみ食は「食べたい」の意欲のあらわれ 手で食べものの形や固さを感じます

自分で食べる意欲を育てます。

体を育てる栄養素の吸収だけでなく、たくましく育つ力もとり込みます。

脳を育てるスタートです



4ヵ月頃

赤ちゃんは、ママのおっぱいや哺乳瓶にふれあたたかいと感じます。



7ヵ月頃

離乳食の皿やコップをひっくりかえします。



9ヵ月頃

手で食べものの固さや大きさを認識します。



11ヵ月頃

このような成長発達の段階を経て、食べる意欲や五感を育てます。また、手で道具を使う知恵と力を身につけます。



片付けは大変だけれど、いつもそばにいて、赤ちゃんの育ちととらえて温かく見守りましょう。



### 【編集後記】

暑さもやわらぎ、子どもたちの食欲もぐんと増します。秋は実りの季節です。秋にとれる魚は脂がたっぷりのっていて体をあたため、畑でとれる芋類はエネルギー源となります。果実や木の実も豊富で、毎日の食事が楽しみです。ちなみに、秋刀魚を選ぶ時は口先と尾が黄色くなっているものの方が脂のりが良くおいしいですよ。

【編集・発行】 NPO 法人 北播磨市民活動支援センター  
兵庫県受託事業：「NPOと行政の子育て支援会議運営事業」  
北播磨・丹波・但馬地域担当  
子育て支援コーディネーター 田中  
〒675-1366 小野市中島町72番地  
小野市うるおい交流館エクラ内  
TEL 0794-63-8156 FAX 0794-62-2400  
E-mail : window@ksks-arche.jp