



10月のゆりかご

10月には大型の台風が東日本に上陸して、各地で甚大な被害を及ぼしました。被害にあわれた方々に心よりお見舞い申し上げますと共に、一日も早い復旧をお祈りいたします。

肌寒い風が吹きはじめました。空気も乾燥してきて、肌のかさつきなども気になる季節ですね。

先頃、食育やアレルギーについて専門家のお話を聞く機会がありました。その中で、**乳児期に保湿を積極的におこなうことで、アトピー性皮膚炎の発症を予防できないか検討した研究**があり“秋生まれの赤ちゃんでお肌の保湿を積極的におこなうことを指導された群は、保湿を指導されなかった群よりもアトピー性皮膚炎の発症を30パーセント減らす”という研究結果があると聞きました。

また、口から摂り入れた食物でなく皮膚から、特に乾燥や湿疹でバリア機能が低下した皮膚から侵入したアレルギーの原因物質が、免疫細胞を刺激してアレルギーを引き起こすというケースもあるそうです。



こうした話を聞くと、たまご肌の赤ちゃんたちでも保湿をしっかりとあげて湿疹等はしっかりと治すことで、お肌の健康を保つと共にアレルギーの発症を多少なりとも減らすことができるのかもしれないね。

他に離乳食についての話も聞くことができました。赤ちゃんが食事に手を出し自分で持ちたがるようになったら、可能なものはスティック状等の手に持って食べられる形態にしてあげることが大切だそうです(固さはお子さんの咀嚼力や歯の生え方で調整してくださいね)。

手づかみ食べをすることにより自分で食べる意欲が育つと共に、手に持つことでその食べものの固さ・厚さ・熱さ・重さ等の情報を得て、どのように食べるか対応を選びます。食べさせられているだけでは感じられない、手にした物の密度と“かさ”によって適量を選んでかじりとる力も身につけていくようです。

また、前歯でかじりとることで咀嚼のスイッチが入ります。かじりつつの感触からたくさん噛むか、少し噛むのかを判断するのだそうです。この経験を積まないで過ぎてしまうと、よく噛まずに飲み込んでしまうくせもついてしまうようです。“食べやすいように”と一口大のものばかり食べていては、学ぶ機会が得られないのですね。



ゆりかごでは「手づかみ食べにするとこぼす方が多くて、量が足りているのかわからなくて…」という話もありました。そんなときは手づかみ用の食べ物の食器と、食べさせてあげる分を盛った食器をわけてあげると、食べてもらいたい分量が維持できてわかりやすいですね。

なぜ手づかみ食べが大切なのかかわからないと“こぼすし汚れるし大変…”と、避けて通りたくなってしまいがちですが、こんなにもたくさんのことを学べる成長の機会なのですね。適切な時期にぜひたくさん経験させてあげたいですね。

11月行事のお知らせ

おでかけ広場・市民活動センター 11月1日(金) 10:00~11:30

ゆりかごのスタッフが、ごっこあそびや手先あそびなどの遊具を持ってあそびにいきます。一緒にごっこあそびなどで楽しく過ごしましょう。わらべうたや紙芝居の時間もありますよ。

親子であそぼう♪わらべうた 11月13日(水) 11:00~11:20

わらべうたは日本の子どもたちの中で生まれたい継がれてきた、お子さんの声域に合うやさしい音楽です。親子で触れ合っ一緒に楽しみ、毎日の子育てに取り入れてみてください。手あそびや顔あそびなど、いろいろなあそびがありますよ。申し込みは不要です。お気軽にゆりかごにお越しください。

みそ汁の日 11月15日(金) 11:30~13:00

季節の野菜とゆりかごの手作り味噌を使ったおみそ汁を昼食の時間帯に提供します。忙しい毎日の中、温かいおみそ汁でホッと一息ついてください。おにぎり等を持ってくれば簡単な昼食にもなりますね。なお、13時前でもみそ汁がなくなり次第終了とさせていただきます。

身長・体重計測の日 11月22日(金) 10:00~11:00

申し込みは不要です。直接ゆりかごにお越しください。

もちつきを体験してみよう 11月29日(金) 9:45頃~10:30頃

すぎのこ保育園で毎年行われているおもちつきに参加してみませんか。親子で一緒に杵を持ってお餅をつく体験ができますよ。お餅つきの後には多少の試食をしてもらうこともできます。※お子さんがお餅を食べられるかどうか、保護者の方のご判断をお願いします。試食中は誤飲のないように見守りの徹底もお願いいたします。

参加ご希望の方は11月11日(月)~27日(水)までにゆりかごまでお申し込みをお願いします。

持ち物:お手拭・甘くない飲み物・必要な方は食事用エプロン等



※誠に勝手ながら、11月の土曜開室日は第5土曜の30日とさせていただきます。第3土曜はすぎのこ保育園のバザー準備のため施設が利用できず、第4土曜は祝日のため第5土曜に変更となります。ご了承ください。



11月の予定

◇センター開室日:毎週月~金曜日(祝日を除く) 9:30~15:00

第5土曜日(30日) 9:30~15:00

※25日(月)はスタッフ会議の為、13時までとさせていただきます。

◇園庭開放日:晴れていればすぎのこ保育園の園庭であそべます。

毎週火曜日・木曜日 9:30~11:30

第5土曜日(30日) 9:30~11:30

◇電話・面接相談:祝日を除く月~金曜日 9:30~15:00

◇おでかけ広場・市民活動センター:1日(金)10:00~11:30

◇親子であそぼう・わらべうた:13日(水)11:00~11:20

◇みそ汁の日:15日(金)11:30~13:00

◇身長・体重計測の日:22日(金)10:00~11:00

◇もちつきを体験してみよう:29日(金)9:45頃~10:30頃

