



こあらだより 5月

2019年5月7日
大宮みちのこ保育園

入園して1か月、穏やかな日差しの中、子どもたちとのんびりと過ごす時間が増えてきました。抱っこで目が合うと微笑んでくれたり、自分から抱っこしてと手を伸ばし、好きなおもちゃを取りに行ったり、それぞれの月齢なりに慣れ、過ごすことができるようになりました。4月の後半からはテラスや園庭で温かい日差しと風を受けて、草や砂の感触を体験し「気持ちいいね。」とお話しています。天気の良い日は風に泳ぐこいのぼりのように、外でも気持ちよく過ごせるようにしていきます。



ハイハイ できるかな？



「赤ちゃんはハイハイするもの」と思っている人は多いですが、最近の赤ちゃんはハイハイせずに立って歩ける子が増えています。ハイハイは手足の力をつけるだけでなく、腹筋や背筋をバランスよく鍛え、とっさの時に前に手が出るようになるので、大きくなってからケガの予防にもなります。お座りが好きで腹ばいが嫌いな子も、少しずつ慣らしてできるようになるといいですね。お家の方と一緒にお馬ごっこやトンネルくぐり、大人の足を乗り越えるなど遊びながら楽しく挑戦してみてください。

✿ 離乳食の進め方 ✿



赤ちゃんの口はお乳を吸いやすい形になっているので、固形物を砕いたり唾液と混ぜることは向いていません。離乳食は、咀嚼を完成させるための大事な練習期間です。食べることが大好きで欲しがっても、口の様子をよく見て進めていきましょう。初期（5,6か月）はドロドロからペースト状の食べ物を口を閉じて舌と顎を使って飲み込む時期。中期（7,8か月）は舌でつぶせる硬さのものを、もぐもぐと顎と舌の上下運動で押しつぶし飲み込む時期。後期（9～11か月）は歯ぐきでつぶせる硬さのものを、顎と舌の左右運動で砕き混ぜて飲み込む時期。1歳過ぎて咀嚼運動が完成して、完了期となります。口の動きとおなかの調子、便の状態をよく見て焦らずに進めていきましょう。



☆こあら組離乳食試食会&懇談会のお知らせ☆

5月10日（金）11:00より給食試食会と初めての懇談会を行います。ぜひご参加ください。

持ち物：保育のしおり、給食（試食）口拭きタオル 詳しくは、別紙でお知らせします。