

佐賀女子短期大学「子育て支援センター」便り 令和4年9月号

でんでんむし



セミの合唱から、秋の虫が奏でる豊かな音色にバトンタッチする9月です



終わりを迎える夏に名残惜しさを感じるかもしれません。しかし、多くの植物にとっては実りの秋、昆虫たちにとっては次の世代へのバトンタッチや冬越しに向けて活発に活動する時期。今月中頃には、そろそろキンモクセイの甘い香りが楽しめる時期です。ただ、朝晩の気温差が大きい日が増えてきますので、子どもの健康管理には十分気をつけていきたいものです。



また、この時期は、子どもでも夏の疲れが出てくるそうです。夏の疲れ回復のためには、一つめは、生活リズム（早寝、早起き）をつくること。二つめは、一日の始まりである朝食を大切にすることのようです。忙しいときはパンや牛乳のみ・・・となりがちですが、おかずもしっかりと摂りましょう。

子育てワンポイントアドバイス

～食事のしつけは～

幼児期の子育てで、食事のしつけで親が気をつけることは、大きく3つあります。



1. よく噛んで食べさせましょう（一口食べたら、20回は噛むようにします）。
2. 楽しい気分で食べることができるようにしましょう（なるべく親子で一緒に食事を）。
3. 「ながら食い」はさせないように気をつけましょう。



これら3つは、離乳食が始まると同時にできることです。もちろん、最初は噛む力がないので、すぐにゴックンとなってしまいますが、手でお口をモグモグしているジェスチャーを交え、しっかりと噛むことをしつけます。そうでないと、6歳になってもほとんど噛まない子どもになってしまいます。結果、顎が発達できず、また、言葉の発音にも問題が生じてきます。食事の習慣は、一度身につけてしまうと、なかなか変えられないものです。幼児のときになるべく早い段階で、よい習慣をつけさせましょう。

～子育て支援センター「でんでんむしの8月のイベントから」～

第3回 でんでんカフェ



今年度初めての「でんでんカフェ」を開催しました。今回は11組、22名の参加がありました。参加者のみなさんは、感染防止対策に理解、協力し合いながら、限られた時間内で、お茶やコーヒーを飲みながら、子育て等について気楽に情報交換をして、楽しいひとときを過ごすことができました。



第3回子育て講演会 11日(木)

演題「心の栄養 絵本で楽しむ」
～絵本で 子育て 自分育て～
講師：佐賀女子短期大学 名誉教授 白根 恵子 先生



手遊び（わらべうた）から始まり、楽しいムードの中の講話でした。講話では実際に読み聞かせや絵本の紹介もあり、お母さんも子どもも真剣に聞き入っていました。お話の中で「絵本は家族の心のふれあいのための道具」「絵本は、子どもの心の根っこを育てる大切な役割」など、たいへん印象に残りました。



第2回赤ちゃん広場 18日(木)

テーマ：「食育～親子でいっしょにおやつを作ろう～」
講師：佐賀女子短期大学 助手 西原 由紀 先生



子どものおやつ（間食）について、「おやつは第4の食事」「時間と量を決めて」というお話がありました。調理実習では、対象が離乳食後期以降で、「対象児がつかみ食べしやすいような間食」「『食育』として対象児も一緒にできるメニュー」「コロナや食中毒予防の観点からしっかり火が通っていて、持ち帰りやすいメニュー」等々を考慮して実施して頂きました。



今月のメニュー

8日 14:30～ 「食育相談会」

・講師：佐賀女子短期大学 西原 由紀 先生



15日 10:30～ 「子育て講演会」

・演題：「『発達気になる』を考える」

・講師：佐賀女子短期大学 准教授 中山 政弘 先生



21日 10:30～ 「お誕生日おめでとう」

※全ての講座、イベントで託児あります。