



# 子育てニュース 4月号

みつまた子育て支援センター

4月の講座の様子だよ!



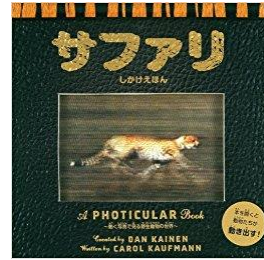
## 季節の歌

「このぼり」

- やねより たかい こいのぼり  
おおい まごいは おとうさん  
ちいさい ひごいは こどもたち  
おもしろそうに およいでる
- みどりのかぜに さそわれて  
ひらひらはためく ふきながし  
くるくるまわる かぎぐるま  
おもしろそうに  
およいでる



＜おすすめ絵本＞♪児童館にある絵本の紹介です♪



しかけ絵本  
「サファリ」  
大日本絵画  
本を開くと……  
動物たちが生き生きと  
動き出します!

ページをめくるたびにいろいろな動物たちに出会えます♪

親子でサファリの世界を楽しんでみませんか?



H29.4.12 音楽鑑賞会  
音研さんによる「ちいさなだいぼうけん」  
きれいな演奏と歌、劇、にみんな興味津々でした♪



H29.4.13 親子で楽しもう0・1歳児  
こいのぼり製作をしました。スタンプに触れて、自由に手型や指スタンプをしてかわいい「こいのぼり」が出来ました。



H29.4.19 防犯安全教室  
おまわりさんととても大切な3つの約束をお話してもらいました! 知らない人には、着いて行かないように気をつけようね☆



H29.4.25 親子で楽しもう2・3歳児  
こいのぼり製作をしました。「ポンポン」とタオルスタンプをしてカラフルなこいのぼりが出来ました♪  
元気いっぱい体操もしましたよ!!



## 〈食育〉 ☆梅干し☆

### 「小さい子にうめぼし??」



と思われるかもしれませんが、※1有機酸を多く含むアルカリ性食品です。熱中症にも有効なので少量摂取し、体内バランスを整えることが重要です!

※1 クエン酸・リンゴ酸・コハク酸・酒石酸など

注) 青梅はそのままでは毒になります。はちみつ漬けは、1歳以下のお子さんには与えないでください。塩分も高いので、調味漬けなら5g程にしておきましょう。



とってもかんたん!

◎離乳食後期から食べられる「梅としらすのチャーハン」

材料 軟飯又はご飯(一膳) しらす(お湯で塩抜きしたもの 10) 梅干し(種を取り 1/4 個) 青葉

作り方 梅干しをよく潰す。ご飯を少量の油で炒め梅干しとしらすを加えてよく炒める。

## 〈健康〉 「突発性発疹」

生まれて初めての高熱は、この突発性発疹だったという話をよく聞きます。38℃～39℃の熱が続き軽い咳や下痢を伴うことがあります。食欲があり機嫌がいいのが特徴です。熱が下がって24時間以内に赤い発疹が全身に広がりますが2～3日で薄くなります。高熱が続く場合や、けいれんや意識状態が悪い時には受診が必要です。

### ☆ケア☆

- 脱水予防のため白湯や薄めた番茶などの水分をたっぷりあげ水分補給をこまめに行いましょう
- おかゆやうどん、野菜スープなど消化のよいもの、脂肪分の少ない白身魚や豆腐など食べやすく調理してあげましょう!
- 発熱や発疹がある間は、お風呂は控えましょう。発疹の部分をこすらないようにして、体を拭いてあげましょう!



H29.4.19 27 地域お誕生会  
7名のお友達とお誕生会でした♪  
手型といや身体測定をしてカードを作りました 「♪お誕生日おめでとう♪」



今年度最初のすくっ子! たくさんのお友達の地域のお友達や保育園のお友達が遊びに来てくれました♪アンパンマンも遊びに来てくれたよ!  
パネルシアターでは、いろいろな色が出てきたよ!  
あか・あお・きいろにみどり……みんなはどんな色がすきかな?

