



# なかよしメール 11月

洞爺湖町子育て支援センター ☎ 76-2008

メールアドレス [Kosodate.center@town.toyako.hokkaido.jp](mailto:Kosodate.center@town.toyako.hokkaido.jp) 令和4年10月28日

食欲の秋です。何を食べても美味しい季節になりました。朝夕は冷え込む日もありますが、お天気の良い日にはお散歩を楽しむと気持ちがいいですね。大人も子どももしっかり食べて、身体も動かして体力をつけていきましょう。しかしこれからは、インフルエンザが流行る時期でもありますので、今までと変わらず、うがい、手洗い、消毒、換気を心がけましょう。

保育所開放や支援センターに遊びに来てくれる方が増えてきて、とても嬉しく思っています。いろいろ楽しいことを考えていきますので、お子さんと一緒に来て下さいね。

## 「本町保育所開放」

室内で好きな玩具を出して遊んだり、ハロウィンの写真を撮ったり・・・。歩けるようになると動いてしまい大変ですが、かわいいですね。



## 「桜ヶ丘保育所開放」

新しいお友達も来て、保育所のお友だちと一緒に大型絵本を見ました。



Happy Halloween



## 「親子ふれあい遊び」

センサリーバッグを作りました。お天気も良く、しゃぼん玉もしました。



パパが  
とても楽しそうでした。

## 「親子ふれあい遊び」～洞爺

「さかなつり」や「くまさん玉入れ」などいっぱい遊びました。



## 「11月の予定カレンダー」

日	月	火	水	木	金	土
		1 開設	2 桜ヶ丘保育所開放	3 文化の日	4 本町保育所開放	5
6	7 開設	8 開設	9 洞爺保育所開放 (計測)	10 親子ふれあい遊び	11 本町保育所開放	12
13	14 開設	15 開設	16 本町保育所開放	17 開設	18 本町保育所開放	19
20	21 開設	22 子育て セミナー④	23 勤労感謝の日	24 親子ふれあい遊び	25 本町保育所開放	26
27	28 開設	29 開設	30 入江保育所開放			

### 「親子ふれあい遊び」

#### ★クリスマス飾り作り

\*お子さんといっしょにクリスマス飾りを作ったり、小麦粉粘土で遊びます。



**日時** 11月10日(木)  
10:00~11:30

**場所** 洞爺ふれ愛センター

**申込み締切日** 11月9日(水)

**日時** 11月24日(木)  
10:00~11:30

**場所** 地域交流センター

**申込み締切日** 11月23日(水)

**持ち物** 飲み物(水か麦茶)、着替え、汚れても良い服装

**予約制なので申込みが必要**です。\*電話での申込みでも可能です。

### 「子育てセミナーのお知らせ」

子育てセミナーは、下記の予定で行います。

リフレッシュを兼ねて参加してみたいはいかがですか？

\*11月22日(火)「アイシングクッキー作り」

\*12月 6日(火)「ヨガでリフレッシュしよう」

\* 1月24日(火)「絵本の楽しさ」

詳しくは、ポスター、洞爺湖町ホームページ、町民広報に掲載しています。

☆予約制なので事前に申込みが必要です。

まだ、  
間に合います

食べる喜びを育む

食事の援助

0・1・2歳児期は、生涯にわたる「食の基礎」を作る時期です。成長に必要な栄養をとったり、食具が使えたりすることも重要ですが、まずは「自分で食べたい」「食べることは楽しい」という経験を十分に重ねることが大切です。

### 食事の関わりポイント



#### <0歳児>安心感と信頼が「食への興味」の第一歩に

おなかがすいて泣いたときに、それを理解しようと努めて、優しく受け止める事が大切です。おなかがすいたタイミングで「おなかがすいたの?」「ごはんにしようね」といった共感的なやり取りを積み重ねることで、子どもの中に信頼が育つのです。0歳児の時期の、安心感に包まれておなかと心を満たす経験が、生涯にわたる食の基本になります。

#### <1歳児>満足感を得られるよう援助はさりげなく

「自分で」という思いが強くなり、食事でも大人の援助を嫌がったり、まだうまくできなくても、スプーンを握って食べようとしたりすることがあります。1歳児は食べ終わるまでに時間がかかりますが、子どもの意欲は受け止めるように心がけ、手を出しすぎず、さりげなく援助していきます。食事時には余裕を持たせて、子どもをせかさず、ゆったりとした気持ちで進めましょう。

#### <2歳児>完食よりも食べる楽しさを優先して

2歳児になると、食べられる食材の種類や食べる量が増えてきます。そうすると、つい「完食してほしい」「もっといろいろな食材を味わってほしい」と欲が出てきますが、大事なものは「楽しく食べる」という日々の経験です。家族でテーブルを囲み、味や食材について会話する中で、食への関心や意欲が膨らんでいきます。無理強いをせず、焦らず進めていきましょう。

(あそびと環境0・1・2歳 引用)