



9月 なかよしだより

三條市帯織北3
あいあい保育園
☎ 45-2885

残暑が厳しい毎日ですが、日射しの傾きやセミの鳴き声の変化に、秋の訪れを感じる季節がやってきました。夏の疲れも出る頃ですので、健康管理に気をつけていきましょう。また、秋はおいしいものがたくさん収穫できる時期です。さまざまな食材に触れながら、食の楽しさを親子で共有してみてください。

～ 9月の主な予定 ～

5日(金) 祖父母へのプレゼント作り 10:00～10:30
☆感謝の気持ちを込めて、簡単なプレゼントを親子で作しましょう。



お子さんの足形やシールを使って、おじいちゃんおばあちゃんへのプレゼントを作りましょう。

19日(金) エプロンシアターを楽しもう 10:00～10:30
☆親子でエプロンシアターを楽しみましょう。



手遊びで遊んだ後に、「おおきなかぶ」のリズミカルなお話の世界を親子で楽しみましょう。



かんで食べる習慣をつけよう ～ 乳児期に「かむ」習慣をつけると ～

よくかむことを習慣づけるには、毎日の積み重ねが必要です。
かむことの大切さを確認し、楽しい食事の時間にしましょう。



☆栄養を吸収できる☆

よくかむことで唾液が多く分泌され、食べ物の消化や栄養の吸収を助け、胃腸への負担を軽くします。また、唾液には口の中を清潔に保つ働きがあり、虫歯の予防にもつながります。

☆窒息事故防止☆

自分のひと口量を知り、よくかむことで、食べ物による窒息を予防します。特に飲み込む力も弱い乳児期は、よくかんで食べ物を細かく砕き、喉につまりにくくすることが大切です。

☆食べるのが楽しい☆

かむことで、食べ物の食感や味を十分に味わうことができ、食べるのが楽しくなります。手づかみ食べは、自分で食べる意欲にもつながります。