社会福祉法人　星の子

ベビーだより　8月号

2019年7月31日発行

【8月の予定】

16日（金）　避難訓練
23日（金）　８月生まれ誕生日会
★ 該当の保護者の方は3：10迄に保育園へお越しください。

30日（金）　水遊び・沐浴終了（予定）

【9月の行事予定】

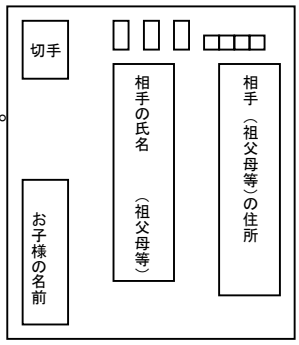
２日（月）　体操開始
20日（金）　避難訓練
24日（月）　運動会予行（２歳児クラス）
27日（金）　9.10月生まれ誕生日会
★該当の保護者の方は3：10迄に保育園へお越しください。

【お知らせとお願い事項】

全園児対象
【敬老の日のプレゼント制作についてのお願い事項】

● 敬老の日のプレゼント製作について
今年も敬老の日のプレゼント製作で官製はがきを使用したいと思っております。8月21日（水）までに提出してください。宛名の書き方等は下記をご覧下さい。

- 通常のハガキに切手を貼るか、官製はがきをご利用下さい。
- 無地のものをご用意下さい。
- 裏面には何も記入せずに、表の住所等を右記の要領でご記入下さい。
- 子どもたちの作品を送りたい御祖父母等の住所を記入してください。
- 最高2枚までお持ち下さい。



お母さんもお父さんも子ども達と共に大切な習慣を見直そう！

★8月のしつけカレンダーは
「紙おむつに、ティッシュ１枚。厚～い愛情。」です。

最近の紙おむつは、どんどん進化しています。そのため、濡れていても、子どもは気づかないことも。でも、「濡れている＝気持ち悪い」という基礎的な感性を鈍らせてしまうことは、将来、さまざまな病の素にもなります。だから、紙おむつにはティッシュを１枚ひいてあげてください。その１枚が、子どもの体と心と感性の健康を守ります。

理事長　市川由貴子

「食を通して子どもの根っこを作る」

味は記憶です！

「これは食べないだろうな」と思う食材を食卓にあげますか？あげませんか？せっかく作ったものを残されたり、べえーと出されたら悲しいですよね。でも、ちょっと待って！
「味は記憶」と言います。赤ちゃんは甘いものは食べて良いもの、苦いもの・酸っぱいものは食べてはいけないものという感覚があります。離乳食、普通食と食べられるものを増やしていくうちに味を覚え、慣れて食べられるようになっていきます。ですから、ひとくちだけでも、口に入れたら御の字です。「このひとくちが将来につながる」と思って、食卓に時々は上げるようにしてみて下さい。今は食べないかもしれませんが、いつか食べられるようになるかもしれません。このことを信じ、毎日ご飯をお子さんと食べてみてください。

栄養バランスの良い食事の合言葉は・・・・・？

ま　ご　わ　や　さ　し　い

- ま　まめ：豆や豆製品（大豆とその加工品、その他の豆類）
- ご　ごま：種実類（ごま、くるみ、アーモンド、ピーナッツなど）
- わ　わかめ：海藻類（わかめ、ひじき、海苔、昆布など）
- や　やさい：緑黄色野菜、淡色野菜、根菜類
- さ　さかな：魚介類（丸ごと食べられる小魚類が望ましい）
- し　しいたけ：きのこ類（しいたけ、しめじ、えのき、舞茸など）
- い　いも：いも類（さつまいも、じゃがいも、大和イモ、長いもなど）

「ひじきサラダ」

子ども1人分
（大人分は×3の分量）

＜材料＞

わ	ひじき	2ｇ
さ	ツナ缶	10ｇ
ま	大豆水煮	10ｇ
や	コーン缶	10ｇ
や	きゅうり	10ｇ
	マヨネーズ	4ｇ

加熱調味があまりないので、簡単に作れます。

＜作り方＞
①ひじきを水で戻し、さっとゆでる。
②ツナの油は切っておく。
③きゅうりは輪切りにする。
④すべての具材をマヨネーズであえる。