

園庭解放のお知らせ

〈日時〉 毎週木曜日
9:30~11:30



安井保育園では、地域に住んでいる未就園児のお子様安心して

遊べる場として園庭を開放しています。

保護者の方にも子育ての楽しさを感じていただいたり、心配事や悩みを話し合える機会になればいいなと思っています。

相談や子育てについての質問などあれば、お気軽に声をかけてください。

育児講座のお知らせ

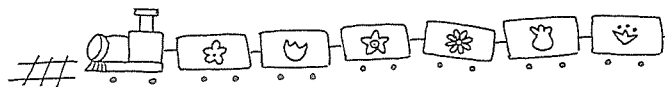
7月 2日 (月) わらべうたあそび
8月 22日 (水) 子育て座談会
9月 26日 (水) パネルシアター

短期体験保育のお知らせ

(保育園児と一緒に遊びます。)

7月 9日 (月) 全クラス
8月 27日 (月) 0歳児クラス
8月 28日 (火) 1歳児クラス
8月 29日 (水) 2歳児クラス

ホームページより資料をダウンロードできます。
是非ご利用下さい。



安井保育園では、子育てを応援するための地域支援事業を行っています。就学前までのお子様をお預かりいたします。

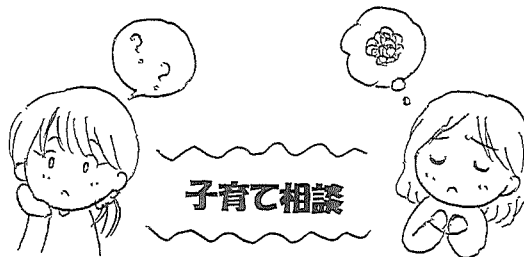
急な病気や冠婚葬祭・学校の行事
仕事・リフレッシュなどにご利用下さい。

事前に面談が必要です。

まずは園にご連絡ください。

資料をお渡ししています。

利用者が重なっている日など、
希望日にご利用いただけないことがあります。

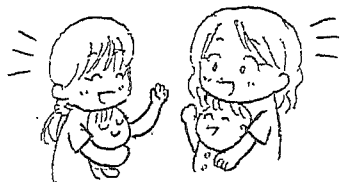


一時預かり・子育て講座・園庭開放などをご利用の際でもけっこうです。

子育てについての悩みや相談があれば
気軽に声をかけてください。

子育て講座も企画しています。

日程が決まり次第お知らせしていきます。



2012年

子育て新聞

~てをつなごう~



安井保育園

兵庫県西宮市安井町4-15

TEL 0798-34-6677

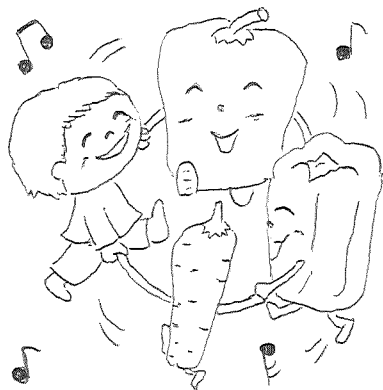
FAX 0798-34-0337

おなかいっぱい食べる幸せ

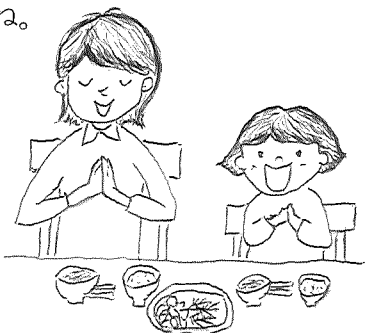
子供たちは一般的に1歳半ぐらいで普通食を食べますが、普通食に近づくにつれ「早く自分で食べてほしい」「好き嫌いをなくさなくては」など焦りがでていませんか？

この時期は、偏食も出てくるのですが、好きなものを食べて満足することや、おなかがいっぱいになった心地よさを感じる事が大切です。

スプーンを持って、口いっぱいほおぼって食べていると、上手に食べていると思いがちです。ところが口いっぱいほおぼると、噛んでいない、早食い、丸のみなどの問題を引き起こすため、大人の援助が必要です。あせる必要はないので、一緒に食べながら、分量を加減したり、スピードを調整してあげたり、まんべんなく食べられるようにするなど、2～3歳になるまで、ゆったり援助をしてあげて下さい。



おなかを満たされ食事を楽しむことは、子どもたちにとって一番うれしい時間です。その気持ちは、食事を通して大人との信頼関係を作っていきます。「会話が楽しくて食事がすすまない」ぐらいがちょうどいいのかもしれないかもしれません。大好きな人と一緒に、ゆっくりご飯が食べられる・・・その時間を大切にしたいですね。



離乳食

ひよこ組に赤ちゃんが入園してきました。4・5月の時期は新たまねぎ・じゃがいも・にんじん・キャベツなど甘い野菜たちが離乳食をさらにおいしくしてくれます。その野菜たちの甘みの力はすごい！煮汁たちもフル活用です。少し甘みが欲しいと思った時はその野菜たちの煮汁も使います。やさし～い味です。赤ちゃん達もそのおいしさがわかるのか？パクパクと食べてくれています。野菜たちの力は本当に偉大です。たくさん食べて、元気で大きくなあれ！

今月のおすすめメニュー

| | |
|---------------------|----------|
| 豚肉とごぼうのまぜごはん | |
| 材料 4人分 | |
| 豚肉 200g | ごぼう 1/2本 |
| にんじん 1/3本 | しょうゆ 大2 |
| 酒 大2 | さとう 大1 |

- ① ごぼうを、ささがき（千切り）にする。
ごぼうは皮の近くに、うまみと香りがあるので、皮は包丁の背で、薄くこそぐ程度にする。
- ② 豚肉、ごぼう、にんじんを甘辛く炊く。
- ③ たきあがったごはん②をまぜる。

※ごぼうを栽培食用にしている所は日本だけとか。シャキシャキとした歯触りと独特の香りが欧米人にはあわないようで「木の根っこをたべている?!」と驚くとか・・・

旬の食材紹介

アスパラ、トマト、キュウリ、いんげん、大根、じゃがいも、たまねぎ、ごぼう、にんにく、南瓜、ちんげんさい、ニラ、シソの葉、えんどう、ピース、空豆、あじ、いさき、さばスルメイカ、びわ、メロン、キウイ、あまなつ

