



大阪市委託事業
『つどいの広場』
保育所・今川学園

☆☆今月のひまわり☆☆

師走を迎え、今年もあとわずかとなりました。11月半ばから急に冷え込み、寒い日があったり、暖かい日があったりと寒暖の差が激しい月になりましたね。体調管理には十分気をつけてお過ごしください。

この時期は街のあちこちにイルミネーションが輝き、とても綺麗ですね。寒いですが、暖かい格好をしてお子さんとキラキラの街並みを歩いてみてはいかがでしょうか？みなさんに素敵なクリスマスが訪れますように…。

今月もみなさんのお越しをお待ちしています。



～わらべうたマッサージ～

11月16日(木)、今川学園保育所にて講師をお招きし、ベビー対象のわらべうたマッサージを行いました。

まずは準備体操です☆

♪せ～なかせなか・・・♪と心地よい歌に合わせて背中を優しく撫で下ろします。すると、気持ちよさそうにしている子、自然と笑顔になる子がいました。

背中、お腹と優しく撫でた後は、腕を伸ばして…バンザイ！！ママとお手々をつないで行うことで子どもさんたちも嬉しそうでした。お顔も近づけてキュー♥ママも子どもさんも素敵な笑顔がこぼれます。

準備体操のあとは、いよいよマッサージです。

お子さんの足の付け根から足先にかけて歌に合わせてマッサージします。少しくすぐったいような、気持ちいいような、なんともいえない表情の子どもさんたちでしたが、足全体から膝、足の指…とマッサージを進めるにつれて ニッコリ微笑む姿やぐっすり寝てしまう子どもさんまで！！とっても気持ちよかったですよね。

わらべうたマッサージは月齢が上がるにつれて、子どもさんも動きたくなったり、周りのおもちゃが気になったり…。マッサージをすることが難しくなることもあります。全部をしようと思わず、今日は足だけ～など、子どもさんの機嫌のいいときにマッサージしてあげてくださいね。ママと子どもさんの触れ合いの時間になるといいですね。

赤ちゃんのクリスマスケーキ

“クリスマスケーキ”はクリスマスの食事の後の大きな楽しみですね。市販のケーキにはたくさんの糖分や油分が含まれていてちょっと赤ちゃんには心配ですね。小麦粉や卵のアレルギー反応が出てしまうこともあるのでどんな材料や成分が含まれているかきちんと確認した上で安心して食べさせてあげてくださいね。

超簡単手作りウエハースケーキ(離乳食中期)を紹介します。

<材料>

- 赤ちゃん用ウエハース
(ほうれん草味) 1枚
- ベビーダノンヨーグルト
(好きな味) 1個
- いちご 1粒



<作り方>

1. ウエハースを半分に切る。
ヨーグルトはソースと分けておく。
2. ウエハースの間にヨーグルトを挟み、上にもヨーグルトをのせる。
3. ヨーグルトの上にいちごとソースを飾り、でき上がり☆

☆ケーキを食べてみなさん素敵なクリスマスを…☆

ひまわり利用曜日 & 時間のお知らせ
毎週 月～金
AM10:00～PM4:00

◆◆ブックスタート◆◆

生後3ヶ月検診時に渡された“引換券”をお持ちいただくと『ひまわり』で「絵本」をお渡しします。
予約が必要ですが、読み聞かせの時間もありますので、どうぞご利用ください。