

# こめこみ

3 月号

【発行】 仙台市子育てふれあいプラザ若林 のびすく若林

〒984-0811 仙台市若林区保春院前丁 3-1 若林区中央市民センター別棟等複合施設 2F

TEL: 022 (282) 1516 FAX: 022 (282) 1609

開館時間: 9:00~17:00 (一時預かりは 9:00~16:30)



## 手作りおもちゃ

のびすく若林のひろばには、スタッフ手作りのおもちゃが少~しずつ増えています。ガムテープで作ったバックがお気に入りという子も多く、いろいろな物を入れて持ち歩く姿はとてもかわいいです。布で作った紐はスナップで繋げることができるので、お家になったり、電車になったり、子どもたちの発想にいつも驚かされます。今年の冬は特に寒さが厳しかったので、お人形さんにもお布団を作ってあげました。今度ひろばに遊びに来た時、ぜひ手作りおもちゃで遊んでくださいね。

### イベント報告

#### グループ相談『離乳食』 1/26 (金)

赤ちゃんひろばにいるお母さんたちの話に耳を傾けると、離乳食について悩んでるママが多いことが分かりました。そこで、ママたちの疑問・質問を一気に解決しようと、管理栄養士の佐藤京子さんをお招きしました。参加者からの質問を Q&A にまとめてみたので、参考にしてみてくださいね。



**Q 8ヵ月、麺類しか食べません。**

A お母さんが「美味しい」と言いながらご飯を食べているところを見せてあげてください。食べないと決めつけず、小さく握ったおにぎりやパンを出してみたり、食べなくても見せるだけでもいいです。

**Q 8ヵ月、食べむらが出てきました。**

A 食べない時はおっぱいで補いましょう。離乳食の時間の目安は 20~30 分。頑張っって時間をかけて完食させることはありません。食べたなら思いっきりほめてくださいね。

**Q 味付けについて・・・。**

A 赤ちゃんの舌の感覚は大人の何倍もあるので、かつお節や野菜を煮込んだ汁に対して醤油や味噌は 1 滴程度、塩はひとつまみの使用で十分です。

**Q 離乳食をスタートしたばかり。おかゆの柔らかさはどれくらいですか？**

A 裏ごしをしてなめらかな物を赤ちゃん用スプーンで 1 さじから口に入れます。上手くいかなくても、口の周りについて口を動かすだけでもいいです。毎日少しずつ続けることが必要です。

**Q メニューを考えるのが大変・・・。**

A ごはん、納豆、野菜ジュースでも十分。三食離乳食と食事を作ろうとするのではなく、自分の為の食事作りから、離乳食を取り分けるようにします。

例) 貝だくさんの味噌汁の味噌を入れる前に具を取り分ける

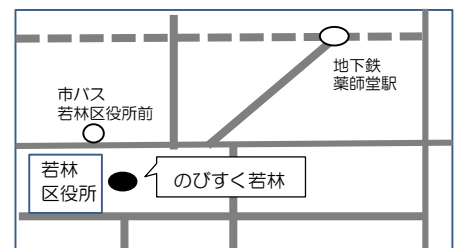
### 託児室だより

2 月に入り「入園説明会に行ってきます。」「学年最後の授業参観です。」という理由で預けるママが増えています。4 月から始まる新しい生活への準備がもうすでに始まっているんですね。託児室では、預かりがない時間に見学ができます。どんな部屋なのかな？子どもの好きなおもちゃがあるかしら？預ける前に一度見てください。

見学希望の方はスタッフまで声がけください。



### 【アクセス】



地下鉄東西線薬師堂駅下車 徒歩約 10 分  
仙台市営バス「若林区役所前」バス停下車すぐ  
※のびすく若林は複合施設のため、駐車台数に限りがあります。公共交通機関をご利用ください。