

たんぽぽ通信 NO. 87

(令和3年2月1日発行)

北九州市北方地域子育て支援センター

〒802-0841

北九州市小倉南区北方三丁目50-2

TEL 931-4623



←詳しくはこちらから



- ◆たんぽぽ広場はフリースペースとして利用できます。年齢に応じた玩具が揃っています。
 - ◆園庭では三輪車や遊具、砂遊びもできます。
 - ◆「赤ちゃんの駅」の施設です。(授乳・おむつかえができます。)
 - ◆駐車場(約10台あります。)
- 事前に利用予約をお願いします!!



※今後の市内の感染状況によっては開所できない場合があります。HPをご確認ください。

先月、福岡県に新型コロナウイルスによる緊急事態宣言が発令されました。当センターでは利用者の検温や30分毎の部屋の換気、安心して遊んでいただけるように玩具等の消毒を徹底しています。

利用傾向として、午前の利用者が多くお断りをする場合がありますが、ご了承ください。午後からのご利用は空きがありますので、ご利用ください。

【12月・1月のあそぼうかいの様子】

誕生月のお子様の誕生会もします。(毎月第2水曜)

12月「クリスマス飾り作り」 雪だるまのりで貼って、指絵の具で雪をふらせたよ!



1月「伝承遊び」 廃材で転がるおもちゃを作りました。



中に鈴が入っているので転がると音がします。周りにはシールを貼りました。



あそぼうかいでは、毎回、絵本読みや手遊び、わらべうた、季節の歌などを取り入れています。

【12月・1月の育児講座の様子】

12月 働きたいママを応援

ウーマンワークカフェ北九州の方から、就職事例や仕事と子育ての両立、働き始めるうえでの心得等のお話を伺いました。



感想

- ◆育児と仕事の両立のための実践法を聞くことができて良かったです。
- ◆就職に対して不安な点を共有できてよかったです。

1月 食育

小倉南区保健福祉課の栄養士から、幼児食のポイントを伺いました。

幼児期の食生活で大切なこと

- 1 生活リズムを整えましょう。
- 2 主食・主菜・副食を揃えてバランスよく
- 3 幼児期のおやつは食事の一部です。
- 4 食べる意欲を育てましょう。

感想

◆普段あまり噛んでいないかなと思うことがあるので、食材の固さ(つい柔らかくしてしまうので)や、大きさを工夫してみようと思いました。

野菜嫌い

【原因】 苦い・硬い・青臭い・食べづらい

【野菜をおいしく食べる工夫】

- ・苦味は下茹で(アク抜き)すると抑えられる
- ・柔らかく煮込む、炒める ・とろみをつける ・繊維を断ち切る
- ・子どもの好きな味にする(カレー風味、バター味、ケチャップ味)
- ・肉(うまみ)と野菜を組み合わせる(ロールキャベツ、ピーマンの肉詰め等)



【今後の予定】

- 2/1(月) 節分
- 2/10(水) 運動遊び
- 3/1(月) ひな祭り
- 3/10(水) わらべうた遊び

※予約方法等はHPをご確認ください。