

# 子育て情報紙

プチプチいちご

～親も子も 生き生き のびのび～



VOL・109

H31.4.1

発行 第2へきなん子育て支援センター

愛知県碧南市縄手町5丁目6番地 TEL (0566) 42-8222

暖かい春の日差しの中、木々のつぼみもふくらみだす季節になりました。今年度も子育て支援センターをたくさん利用して頂けると嬉しいです。気軽に遊びに来て下さいね。



## 子どもの食事について



毎日欠かすことのできない“食事”。「好き嫌い」や「遊び食べ」など食事に関する悩みがある方もいるのではないのでしょうか。今回は、子どもさんが「食」に興味を持ち楽しく食べられるようなちょっとした工夫をご紹介します。

### ◎食事の量について

食事の量は個人差があるので、一人一人にあった量にすることで完食しやすくなります。その時に一緒に喜び誉めてあげると子どもは嬉しくなり、また誉めてもらいたいと思います。この繰り返し、食事が楽しいという気持ちにつながっていきます。

### ◎食事時の環境について

まだ1つのことに長時間集中することが難しいので、おもちゃは見えない場所へ移動させたり、テレビやDVDは消すなど食事に集中できるようにしてみてください。ベランダや部屋でレジャーシートを敷き、ピクニックごっこ等をする、いつもとは違った雰囲気でお食事が出来ますよ。



※一緒に食事することで、親子ともごはんがおいしく食べられます。

<プチプチ行事>

4月

月	火	水	木	金
1 子育てひろば	2 子育てひろば	3 子育てひろば	4 子育てひろば	5 子育てひろば
8 子育てひろば	9 子育てひろば	10 子育てひろば	11ファンタジック・ ペーター2 子育てひろば	12親子で食育 子育てひろば ボールプール開放
15 お花見園庭開放 子育てひろば	16 お花見園庭開放 子育てひろば	17 お花見園庭開放 子育てひろば	18 お花見園庭開放 子育てひろば	19 お花見園庭開放 子育てひろば ボールプール開放
22 子育てひろば	23 子育てひろば	24親子で食育 子育てひろば	25ファンタジック・ ペーター2 子育てひろば	26 子育てひろば ボールプール開放
29●昭和の日	30●退位の日			

※子育てひろばは、月曜日～金曜日まで毎日開設しています。時間は9時～15時までです。気軽に遊びに来て下さい。  
※毎週金曜日は、10時～12時にボールプールを開放しています。

### ♪お花見園庭開

春の花が咲いた園庭へ親子で遊びに来ませんか？この期間にはお茶とお菓子を用意しています。予約はいりませんので、ぜひ気軽にお越し下さい。

4月15日(月)～19日(金)

9:00～15:00



◎年間の予定はプチプチいちご増刊号をご覧ください。

### ♪親子で食育

今年度も保育園の食事を体験できる“親子で食育”を行います。みなさんと一緒に楽しく食事をしましょう。

4月12日(金)・4月24日(水)

10時30分～12時30分

親子6組

1組500円

