

# 10月 なでしこ だより

令和3年10月1日

済生会今治医療福祉センターなでしこ保育所

日の長さもだんだんと短くなり秋らしくなってきました。心地よい風が吹き始め、日中も少しずつ過ごしやすく戸外遊びに適した気候で子ども達は楽しく遊び回っています。



## ★今月のうた★

♪やきいもグーチーパー  
♪大きなくりの木の下で  
♪虫の声



## 今月の予定

14日 運動会ごっこ  
消火・避難訓練  
27日 ハロウィン散歩  
秋の遠足(中止)  
28日 誕生会



## 11月の予定

11日 消火・避難訓練  
17日 歯科検診  
25日 誕生会  
未定 内科健診

※秋の遠足は中止としハロウィン散歩を行います

## 〈今月のねらい〉

ひよこ・・・心地良い秋風を感じながら、探索や模倣、体を動かして楽しむ

りす・・・遊びや生活の中で十分に体を動かすことを楽しむ

うさぎ・・・戸外で秋の自然に触れながら、体を動かして遊ぶことを楽しむ

ぱんだ・・・思いきり体を動かしたり、ルールある遊びをしたりして友だちと遊ぶ楽しさをする



## 大人の食事からひと工夫

小鍋で少しだけの離乳食を作るよりも、大人用の食材と一緒に煮込むことでおいしく仕上がります。また、食材の大きさや味つけは違うものの、お父さん・お母さんと同じ物が嬉しく、「人参、甘くて美味しい!!」と親子で楽しみながら食べることが心にも身体にも栄養になります。

～『離乳食』『幼児食』を取り分ける時の約束～

①赤ちゃんが食べれない食材は後入れにする

大人用の食材の中に、赤ちゃんがまだ食べれない食材がある場合は、離乳食用を取り分けた後に入れて調理します。

②味付け前に取り出す

大人用料理を基本にして作りますが、調味料での味付けは赤ちゃん用に「風味をつける」程度のごくわずかにします。幼児食は成人病予防にもなるので大人も薄味にするといいですね。

③取り分けた料理を柔らかくなるまで加熱する

離乳食の基本は「クタクタに柔らかく煮る」ことです。

④作ったら大人が味見する

柔らかく煮ているか、味が濃くないかの確認をしましょう。



★7月～9月までの苦情はありませんでした。苦情に限らず、ご意見・ご要望があればお聞かせ下さい。

★27日の遠足が中止となった為、給食が出ます。手作り弁当の用意は必要ありません。