



食育コラム (9)

【頭・体・心の発達】  
手づかみ食べ①

問 保険健康課  
☎84-0327

手づかみ食べは、生後9か月頃から始まり、2歳くらいまでがメインになります。自分の手で食べることで、頭・体・心を刺激し、子どもの成長・発達を促します。

また、手で食べることをたくさん経験すると、スプーンやフォークも上手に使えるようになります。

手で食べることは、『汚れる・汚い』ではなく、成長に必要なステップとして、たくさんさせてあげましょう。

おすすめの手づかみ食べメニュー

- ★スティック野菜 ★パン ★おにぎり
  - ★パンケーキ(甘さ少なめ) ★お刺身のマグロ
- を1切れ焼いた(茹でた)物

汚れても良い工夫

- ★机の下に新聞紙や広告を敷いて、汚れてもすぐに捨てられるようにすると楽ちん♪

今回は、簡単で、美味しい手づかみ食べのメニューを紹介します!!



町民センター図書室

◇子どもの広場

内容 「おりがみカイト」を作ります。  
日時 1月13日(土) 10:00~  
持ち物 はさみ  
対象 5歳~ (未就学児は保護者同伴)  
場所 町民センター3階 大会議室  
申込み 直接図書室へ 又は、☎82-5221



◇おはなし会 (第2土曜日、第3水曜日)

日時 1月13日(土) 13:00~  
1月17日(水) 15:00~  
場所 町民センター3階 図書室  
申し込みはいりません。

◇1月の乳幼児専門電話相談◇

子どもの発達に不安を感じている保護者及び支援者の相談をお受けします。

日時 5日(金)、9日(火)、12日(金)、19日(金)、30日(火)  
10時から13時まで  
対象 乳幼児期の子どもを持つ保護者。乳幼児の支援に携わる支援者  
費用 無料 (電話代は相談者負担)  
対応職員 発達支援研究所M a n a 代表 加藤敦子さん (保健師、臨床心理士)  
専門電話 ☎0465-81-3717

問 神奈川県発達障害支援センター 地域支援課  
☎0465-81-0288



子育てカレンダー 1月



このカレンダーは、就学前のお子さんに関する予定を掲載しています。  
Ⓜ 申込みが必要です

月	火	水	木	金	土	日
1 元旦	2	3	4	5	6	7
8 成人の日	9	10	11 おでかけ保育 (福祉会館) ☆離乳食講習会 (保健センター)	12	13 子どもの広場 (町民センター中A) おはなし会 (町民センター図書室) △ばばひろば (あじさいっこ)	14
15	16 ☆3歳児健診 (保健センター)	17 おはなし会 (町民センター図書室) ♡チビっ子らんど おはなし会 (福祉会館)	18 ☆3~4か月児健診 (保健センター) おでかけ保育 (みなみの保育園)	19	20	21
22 親子で遊ぼう わらべうた (町民センター) ◇女性の視点をいかけた防災講座 (あじさいっこ)	23 ☆7~8か月児 健康相談 (保健センター)	24	25 ☆2歳児歯科 (保健センター) 親子で遊ぼう わらべうた (町民センター) ♡ちびっこサロン (福祉会館)	26	27	28
29	30 ☆ママ&パパ教室 (保健センター)	31 ☆乳幼児健康相談 (保健センター)	2/1 ☆3~4か月児健診 (保健センター)	2	3	4

問合せ  
申込み

☆ 保険健康課 84-0327  
♪ 子育て支援センター(酒田子育て支援室) 82-1222  
◇ 駅前子育て支援センターあじさいっこ 20-9720  
Ⓜ 子ども・子育て支援室 84-0328

♡ 社会福祉協議会 82-5222  
☺ 教育委員会事務局教育総務課 82-5221  
Ⓜ 町民センター図書室 82-5221



仲間の指揮に合わせて

気持ちをこめて歌います



音楽委員も頑張ってます!

元気だより

響かせよう すてきな音楽を

開成南小学校教諭 秋山 亜弥

問 開成南小学校 ☎83-2250

開成南小学校では、毎年「みなみ風コンサート」を行っています。今年度は、11月9日(木)に開催しました。このコンサートでは各学年、合唱と合奏の2曲を発表しています。

日頃から、朝の会や音楽の授業で、様々な曲を歌ったり演奏したりしていますが、コンサートの前には特に、学校のあちこちから音楽が聞こえてきます。

コンサートに向けて練習を重ねていく中で、「楽しく歌っているところを発表したい!」「聞いている人に『わー』と聞いてもらいたいな...」など、子どもたち一人ひとりの思いがどんどん高まってきました。

当日の司会などの運営は、5・6年生の音楽委員会の児童が行います。今回も、「どのような言葉で話したら、聞いている人にわかりやすく伝わるだろうか?」など、懸命に工夫する姿が見られました。

音楽委員会の今年度の目標は、「開成南小学校にきれいな歌声を響かせ、楽しく歌おう」です。これからも全校に、心地よい音楽が響いていくように頑張ります。

子育てナビ

問 保険健康課 ☎84-0327

遊びの発達

- 「お友だちと仲良く遊べるようになってほしい」と皆さん願っていると思います。子どもは成長とともに遊び方を変化させ、世界を広げていきます。
- 遊びの発達**
- ①一人遊び(0~1歳ごろ)  
他人に関心はなく、おもちゃや自分の身体を使って黙々と一人で遊びます。
  - ②並行遊び(2~3歳ごろ)  
お友だちと同じ場所で過ごすことができますが、個々に遊んでいる時期です。自分の一番面白いものがあり、欲求を満たすためにもちやを独り占めしようとしていたり、とってしまったりします。保護者の見守りや仲介が必要な時期です。
  - ③連合遊び(3~4歳ごろ)  
お互いが会話をしたりおもちゃでやり取りをしたりして関わり合いながら遊びます。
  - ④協同遊び(5歳ごろ)  
お友だち同士で、分業したり協力したりしながら、同じ遊びをするようになり、疑似的な社会的地位・役割が自然に芽生えやすくなります。(ままごと・鬼ごっこなど)
- 子どもの成長に合わせて、保護者が一緒に遊んだり、見守ったりして、「遊ぶことが楽しい」と感じる経験をたくさんしていきましょう。
- お子さまの関わりで気になることがある方は、保険健康課へご相談ください。

