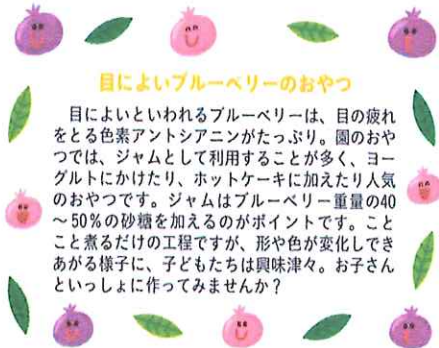




社会福祉法人たつみ会
 聖ヶ丘保育園 こども未来学舎
 聖ヶ丘子育て支援センター
 2020年6月

もうすぐ梅雨入りです。季節の変わり目には、十分に気を付けたいですね。今月の育児講座は4日(木)に歯のお話があり、26日(金)に親子スイミングがあります。親子スイミングは園内の大きなプールに親子で入っていただきます。みなさまの参加をお待ちしております。

食育



目によいブルーベリーのおやつ

目によいといわれるブルーベリーは、目の疲れをとる色素アントシアニンがたっぷり。園のおやつでは、ジャムとして利用することが多く、ヨーグルトにかけたり、ホットケーキに加えたり人気のおやつです。ジャムはブルーベリー重量の40~50%の砂糖を加えるのがポイントです。ことごと煮るだけの工程ですが、形や色が変化してきあがる様子に、子どもたちは興味津々。お子さんといっしょに作ってみませんか？



あかちゃんの日

6月5日(金)9時~12時
 0歳のおかちゃんとお家の人か
 ゆったりと遊べます!!ぜひ一
 度お越しください♪

わらべうた



あそびアイデア

いっぴきちゅう

繰り返し楽しい、布を使うわらべうたです。

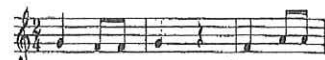
あそび方

ハンカチ大の布の中央をつまみ、歌いながら、子どもの前でふわふわと動かす。

1番から3番まで歌いながら、同じ動きを繰り返す。終わるときは、「おしまい」と言って終わりにする。



いっぴきちゅう わらべうた



1. いっ び き ちゅう も と に
 2. に び き ちゅう も と に
 3. さん び き ちゅう も と に



か えっ て に り き ちゅう
 か えっ て いさん び き ちゅう
 か えっ て いっ び き ちゅう



子どもの健康



乳児脂漏性湿疹

生後1~4カ月は、髪の生え際、眉、頭皮などにフケのような湿疹が出る場合があります。乳児脂漏性湿疹(にゆうじしろうせいしん)と書い、かゆみはほとんどなく、症状が軽い場合は、ベビー用シャンプーなどで洗い、清潔にしていれば自然治癒し、1年程で症状は治ります。

洗いのポイント

ベビー用シャンプーや石けんをよく泡立てて、優しく洗います。かさぶた状になってしまっている患部は、無理にこすって落とそうとせず、ワセリンやベビーオイル(オリーブオイルも可)などでふやかしてから洗いましょう。

045-10

突発性発疹



044-02

生後4カ月~1歳頃に起こる乳児の初めての発熱に多く見られ、38~39℃の高熱が2~3日続き、食欲も減り、比較的元気なケースが多いようです。発疹が出る直前、喉の奥の方に斑点が見られることもあります。この時点での判別は難しく、熱が下がって頬の花びらのような赤い発疹が顔、胸、お尻あたりに出て初めて突発性発疹であることが分かります。

お家での注意点

熱性けいれんなどの合併症がなければ薬の服用は必要ありませんが、高熱が続くので水分補給はこまめに行いましょう。2~3日経過しても熱が下がらず、発疹も出ない場合は別の病気の可能性があるので、医療機関を受診しましょう。



今月のおやつ「わらびもち」

☆作り方☆

<材料>(4人分)

片栗粉 100g
 水 3カップ
 砂糖 50g

仕上げにかけるきな粉
 きな粉・砂糖 適量

- 鍋に片栗粉、砂糖、水を入れて木べらでまぜる。
- ①を中火にかけ、全体が透き通るまで火を通して弱火にして1分練り上げ火を止める。
- 熱いうちに水を入れたバットの中に一気に入れ、数回水を入れ替えて冷ます。
- 水気を切って包丁で一口大に切り分けてきな粉をかけて出来上がり。