

## 子育て講座「食事とおやつ」6月18日(火曜日)

今月の子育て講座は町の管理栄養士藤川七洋さんによる食育についてのお話でした。

初めは児童館に移動して幼児期の食事・おやつについてのお話がありました。「幼児期のおやつは食事ですりきれなかった栄養を補う物なのでなるべく市販のお菓子は頼らないでほしい。」という話や「噛むことの大切さ」の話など、11名のお母さんは真剣に聞いていました。その後はわくわく広場に戻ってきて、藤川さんおすすめのおやつ『かむかむせんべい』を作りました。枝豆をさやからだしたり、ご飯をめん棒でのばしたりと子ども達もお手伝い。自分で作ったおやつは美味しかったようでたくさん食べていましたね。



## こんなことしています

先月よりベランダに出てしゃぼん玉遊びをしています。7月に入ってから天気や気温で水遊びが難しいときや、水遊びが出来ない子はしゃぼん玉で遊んでいます。まだ自分で吹けない赤ちゃんから、自分で持って吹くことが出来る大きな子まで、それぞれの楽しみ方で遊んでいます。

今年は7月から例年になく暑い日が続く、ベランダにタライやプールを出して水遊びを楽しんでいます。ペットボトルジョーロや水でっぼうを使って、みんな夢中になって遊んでいます。今後も暑い日にはどんどんプールを出したいと思います。出来そうな日には着替え・オムツ・タオルの用意をしてきてくださいね。「天気は良いけれど風が強くて、プールに入るのは少し寒いな…」という日は、タライを出して金魚すくいのおもちゃで遊ぶこともできます。

※水遊びのおもちゃ作りに際して、ペットボトルやマヨネーズ、ケチャップの空き容器のご協力ありがとうございました。



## <七夕制作>

七夕まつりに向けて制作をしています。スイカやメロンを飾った短冊作り、折り紙で貝がらや三角折りなどを作しましょう。わくわく館開放時間内であればいつでも作ることができますので、スタッフに声を掛けてください。

## <七夕まつり>

8月3日(木) 10:30~七夕まつりを開催します。作った短冊を笹に飾り、よさこいや盆踊り、楽しいゲームをして遊みましょう。たくさんの参加お待ちしております。

## ~8月の子育て講座~

8月31日(木曜日)「ベビーマッサージ」 開場 9:30 開始 10:00

講師 森田 恩さん 申し込み 8月1日(火)~14日(金)

先着 20組(定員になり次第締め切ります。)