



津山市立みどりの丘保育所内 地域子育て支援センター  
TEL 0868-27-2241  
令和5年5月1日 発行

初夏の爽やかな風が吹き、新緑の若葉がまぶしい季節となりました。新型コロナウイルスの感染症法上の位置づけは、5月8日に季節性インフルエンザなどと同じ「5類」に移行されます。基本的な感染症対策を行いながら、戸外でたくさん遊べるといいですね。

今月のちびっこクラブはグリーンヒルズや遊戯室での遊びを企画しています。広いところでしっかり体を動かしてお友達と一緒に楽しみましょう。

## ちびっこクラブ園開放

♪ちびっこクラブ…対象年齢なし  
★げんきクラブ…2歳～  
♡よちよちクラブ…0・1歳～

※9時45分～受付 10時～11時半頃まで  
遅れないように来てくださいね。

5月11日(木) ♪グリーンヒルズであそぼう **予約受付中**

※動きやすい服装、帽子、靴で来てください。

5月18日(木) ♡遊戯室であそぼう！ **予約受付中**

※動きやすい服装で来てください。

5月25日(木) ♪オンラインであそぼう！ **予約不要**

※時間：10:30～11:00 ZOOMアプリで参加していただけます。  
ZOOM ID: 757 170 8707 パスワード: yv9PvF

◆水分補給ができるよう、水筒をご持参ください。  
～ぜひ、お友達を誘って遊びに来てください。～

## 《6月の予定》

6月 8日(木) ★遊戯室であそぼう **予約開始 5/19～**

※健康増進課の栄養士さんに食事についての相談もしてみませんか。

6月15日(木) ★園庭であそぼう(砂場) **予約開始 5/26～**

※砂場でいっぱい遊びましょう。

6月22日(木) ♪人形劇(たんぽぽの家) **予約開始 6/2～**

※みんなで人形劇を楽しみましょう！

“ちびっこクラブ”の時間以外は、地域子育て支援センターのお部屋で自由に遊べます。いつでもお越しください。(月曜日～金曜日 午前9時～午後4時)  
★12時～午後1時まで換気や消毒のため閉めています。

## 子育てアドバイス

～離乳食について～



準備期(4か月)はスプーンやおっぱい以外の物に慣れる時期です。初期(5～6か月)は1回食で、ドロドロにしたものを飲み込みます。中期(7～8か月)は2回食となります。上あごと舌で押しつぶしながら飲み込みます。主食・タンパク質を含む食品・野菜や果物を組み合わせ、薄い塩味にしましょう。後期(9～11か月)は3回食となります。歯ぐきでつぶしながら食べることを楽しみます。ここまでの離乳食は毎食ミルクとセットですが、完了期(12～18か月)の頃は1日3回の食事とおやつで十分になります。

◆支援センターに保育所の離乳食メニュー(中期・後期)の写真を掲示しています。  
参考にしてくださいね！

## ～トイレトレーニングについて～

トイレトレーニング開始の目安としては、おしっこの間隔が2時間以上空くようになった頃です。おしっこが出たら泣いて不快感を知らせ、「おしっこ出たね、気持ち悪いね、おむつを替えようね。」と伝えてもらい、おむつ交換をして「気持ちよくなったね。」と言葉を掛けてもらうことが大切です。おしっこが出るたびに、不快、快をしっかりと感じる経験を積み重ねることが、トイレで排泄するための土台になります。そして、お子さんの排泄のサインをつかみ、トイレに誘ってみましょう。洗濯物がよく乾く時期、まずは布パンツから始めてみませんか。



## ～☆「子育て相談日」☆～ 5月23日(火) 10時～15時

月に1回「子育て相談日」を設けています。相談の方法は面談、ZOOMを使ったオンライン、電話があります。子育てのお悩みやちょっと気になることなどお話ししましょう。(園の保健師や栄養士とお話もできますよ。)  
右のQRを読み取ってお申込みください。  
こちらから時間などメールで連絡いたします。  
※相談日以外も随時受け付けています。



ホームページにも支援センターのお知らせなどを載せています。見てくださいね！

## 《ちびっこクラブの参加について》

参加ご希望の方は、事前の予約をお願いします。  
申し込み期限…開催日の3週間前から前日まで  
予約受付時間…10時～16時まで



- 右のQRを読みとってメールで予約してください。
- 3密を避けるため、予約を締め切らせていただくこともありますので、ご了承ください。
- 本人の方の予約のみに限らせていただきます。