



あいいくだより

令和5年4月3号
社会福祉法人 興善会
子供の家愛育保育園
理事長 成田 豊子



令和5年6月21日(水)

10:00~10:30

エフロンシアターを見よう!

楽しいエフロンシアターを見て楽しみましょう♪

10:30~11:00

離乳タイム 「ステップアップのタイミングは？」

〈子育て情報〉



～食育編～

しっかり食べて大きくなろう!

子どもにとっては、朝昼晩の3食に加え、おやつも大事な栄養源です。中でも大切なのが、「朝食」です。

エネルギーを吸収してどんどん大きくなっていく子供には、バランスのとれた食事が必要です。

牛乳や卵焼き、ウインナーやサラダなど、食べやすいもの、作りやすいものでよいので、しっかり食べさせましょう。食後に果物やヨーグルトなどをつけ、朝食を楽しみに食べられるようにするのもよいですね。



★ 歯の衛生週間です! ★

6月4日は、「虫歯予防デー」です。その日から一週間が「歯の衛生週間」でもあります。特に乳児は虫歯になりやすく、進行も早いといわれています。

小さなうちから毎食後に、愛情たっぷりの仕上げ磨きをしてあげると、保護者とのスキンシップにもなり、子どもたちにとっても、嬉しい時間です。

よく噛んで食べる事や、時間を決めて食べる事、また、歯の大切さについても知らせて下さい。

歯磨きの習慣付けに努め、丈夫な歯を作っていきましょう。

