



# 乳児学級 子育てQ&A 5月24日



乳児親子 17組参加

お話 「0歳児の事故予防と対処」

鳥取市 保健師

誤飲、溺れ、転倒など日頃の子育てで気を付けることや日頃の赤ちゃんの健康について聞きました。

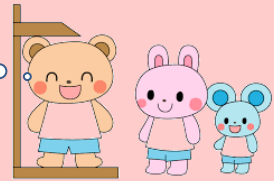


異物を飲み込んだりしないよう  
家族で話し合って気を付けましょう  
日用品、丸い食べ物、柔らかか布なども  
誤飲の原因に！



体重・身長を計測

大きくなったかな……



—参加ママの声—

気づいたら…毛布が顔にかかっていた…お兄ちゃんのおもちゃを口に入れてた…電気コードをひっぱってた・・・

おうちの中は気を付けることたくさん!!

OGサポートのKさん、Mさん、Nさんが輪に入りお話を聴いてくれました。たよりになるOGさん いつもありがとう。





# 親子教室 開講式 5月10日



R5年度 乳児26組 幼児6組でスタート

## お話「子育てを楽しく」

ぷろじえくとえん 西浦公子さん

子育てを楽しまなくてはいけないと思わなくてもいい。しんどい時は目をつむって深呼吸。人間は感情の生き物。お母さんも自分の感情…怒ってる、喜んでる、うれしいをきちんと伝えよう。

子育てに困ったら周りの人に  
助けを求めよう  
親子教室で、支援センターで、  
先輩ママに…



鳥取市保健師のおはなし



やどかりの会による手あそび、  
パネルシアター、大型絵本など

ちょうちょう～  
ちょうちょう♪





栄養士さんのお話より その1  
離乳食のキーワード3つ

- ①「した」のうごき  
舌の動きの発達に合わせた食材の形状で
- ②「てつ」の大切さ  
6ヶ月以降は鉄を含む食品を意識して
- ③柔軟な「あたま」  
焦らず、ゆっくり、赤ちゃんのペースで

“全部食べられた”よりも  
“だれとどんな雰囲気食べた”が大切。



鳥取市 栄養士

離乳食の進め方の目安			
月齢	5~6ヶ月ころ	7~8ヶ月ころ	9~11ヶ月ころ
母乳/ミルク	1	2	3
離乳食の量	20g前後	30g前後	40g前後
離乳食の種類	粥	粥・野菜・肉	粥・野菜・肉・魚
離乳食の回数	1回	2回	3回
離乳食のペース	1週間	1週間	1週間
離乳食の準備	すりつぶす	すりつぶす	すりつぶす
離乳食の盛り付け	すりつぶす	すりつぶす	すりつぶす
離乳食の味付け	なし	なし	なし
離乳食の温度	ぬるめ	ぬるめ	ぬるめ
離乳食の容器	すりつぶす	すりつぶす	すりつぶす
離乳食の道具	すりつぶす	すりつぶす	すりつぶす
離乳食の注意	すりつぶす	すりつぶす	すりつぶす
離乳食のまとめ	すりつぶす	すりつぶす	すりつぶす



フリーズドライのお粥を  
使ったアレンジメニューを試食  
ベビーフードを上手に利用しよう



栄養士さんのお話より その2 離乳食で振り返る・・・

「離乳食は家族の食事を見直すチャンス」

笑顔で話しながら家族で食事…「おいしい」「おなかですいた」につながります  
また、大人もうす味に慣れましょう。



グループトークでは、いつから離乳食を始めようか悩んでるお母さんは  
すでに完了しているお母さんからアドバイスもらいました。



離乳食は  
行きつ戻りつ  
あせらずに





# 乳児学級 ベビービクス

9月21日

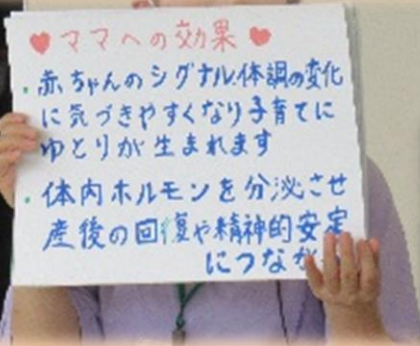
目と目を合わせるアイコンタクト  
肌と肌をふれあうスキンシップ  
心を育てる言葉かけ…

ベビーマッサージを通して育む  
親子の信頼関係  
子育てのヒントもたくさんお話され  
ました。

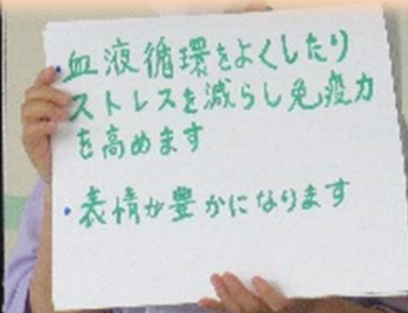
講師：やわらかい風 廳 和子先生



親子の触れ合いを  
通して心の中に  
愛情の根っこを  
しっかり張って  
あげましょう👏



♥ママへの効果♥  
・赤ちゃんのシグナル体調の変化  
に気づきやすくなり子育てに  
ゆとりが生まれます  
・体内ホルモンを分泌させ  
産後の回復や精神的安定  
につながります



・血液循環をよくしたり  
ストレスを減らし免疫力  
を高めます  
・表情が豊かになります



・親子の絆信頼関係  
を深める



お母さんの手は魔法の手♡  
○○ちゃん…と名まえを呼  
びながらやさしく  
マッサージ♡

次回のお知らせ  
10月12日(木)  
乳児幼児合同お散歩  
賀露の公園へ





# 乳児幼児合同 お口と歯の健康について

7月5日



鳥取市 歯科衛生士

おはなしの内容

- 乳歯から永久歯まで  
口腔ケアについて
- ORDテストで虫歯菌チェック
- 虫歯になりやすい食べ物、歯に  
良い食べ物
- 乳歯の生え方
- 乳歯の役割 など



虫歯菌はどこからやってくるのでしょうか？

- ・おうちの人とスプーンやコップを共有するのはやめましょう
- ・しっかりと噛むとだ液の分泌が増え、虫歯予防に！
- ・食事やおやつのお茶やお水を飲むのもおすすめ (^-^)



仕上げみがきを  
しっかりと！  
できれば10歳くらいまで



保健師より  
お母さんお父さんも検診を  
受けましょう  
早期発見が大切ですよ



模型を使って歯磨き指導  
自分で磨く時は持ち手の短い歯ブラシ、  
仕上げ用は長いものを





乳児・幼児合同

# リトミック

11月9日

リトミック なお・みゆ〜じっくる〜む、  
なおみ先生の楽しいリズムあそび  
音楽に合わせて歩いたり跳んだりストップ  
したり 折り紙ひこうきを飛ばしたり…  
体・心の成長のヒントがいっぱい♡



オーガンジーで  
フワ〜リ  
マラカスで  
チャチャチャ♪



次回のお知らせ  
11月30日（水）  
おたのしみ会④  
です





乳児・幼児合同

おたのしみ会②

8月2日

親子のふれあいあそびと七夕まつり  
今日のせんせいは うさぎのはくとちゃん(^ω^)  
21組親子参加  
はくとちゃんとお母さんたちと一緒にリズム  
あそび&七夕(旧歴)を楽しみました。



バスにのってゆられてる  
ゴーゴー!!



おりひめ  
ひこぼし☆  
お母さんと  
作ったよ

笹に願いごとを書いて地域の神社へ奉納します。  
みんなの願いが叶うと思いますよ♪



最後に  
ママさん有志による  
にじいろタイムの  
ミニコンサート  
ピアノ♪  
クラリネット♪  
お歌(^O^)/  
ささのは  
さーらさら…♪  
みんなで大合唱



# 乳児幼児合同

## おたのしみ会① 7月19日

わらべうたでふれあひあそび♪

ゆなの木の会・西山見和子先生

22組親子参加

お母さん、お父さんのうたごえが最高の  
プレゼント📺

わらべうたを聞くと心がほっこり  
親子でにっこり(^-^)



こ〜ぶた・タ〜又キ・  
キ〜ツネ・ね〜こ = ^ \_ ^ =

- おはよう！—
- ととけっこう よがあげた〜
- まめでっぼう おきてきな〜♪
- おむつ替えの時に—
- いちりにり さんり しりしり
- いっしょに歩こう—
- あしあしあひる かかとをねらえ
- 膝にのせて—
- うまはとしとし 泣いてもつよい
- としとし(〜♪



お母さんと一緒にかわいいペープサート作り







# 乳児幼児合同

## おたのしみ会 ⑥ 1月18日

子育てゆうゆうネット  
ワーク 大橋さんと一緒に  
楽しい時間を親子で過ごし  
ました。わらべうた・親子  
あそび・たのしい絵本・  
おてだま…  
メニューいっぱい



うまはとしとし  
ないてもつよい♪  
うまはつよいから  
〇〇ちゃんもつよい



みんなも  
一緒に  
ぴよ～ん



お手玉  
おもちつき



ぺったらぺったら  
もちつきぺったら  
もちつけた  
かみだなへー  
ことしも元気に  
ごせますように…



子育て豆本づくりをしました。  
朝起きておはよう☀ごはんを食べて🍷はみがき…  
生活リズムをきちんと身につけよう(^v^)

(鳥取県教育委員会)

### おすすめ絵本リスト



おおきくなくても  
大切に読める本  
ばかりだよ

おすすめ絵本リスト配布  
乳児から小学生まで  
お気に入り絵本を  
見つけてね

(鳥取市子どもの読書活動推進委員会)



保護者の皆様へ  
**体にごはん、  
心に絵本**  
「読み聞かせ」は心の栄養です  
子どもにとって、家族の温かい声で読本を楽しむことはかけがえのないものです。  
絵本を通じて、お父さん、お母さん、おじいちゃん、おばあちゃん、みんなが笑顔を感じてください。

絵本は、初めて出会う文字  
絵本は、大人が読んで子どもに話しかけることで、子どもが文字の世界を知り、読み聞かせの楽しさを体験し、文字の世界に親しみ、文字の世界を楽しむことができます。

読み聞かせの力



次回のおしらせ  
2月1日(水)  
おたのしみ会  
(節分)



「ねえよんでの会」のみなさんから 楽しいふれあい遊びやわらべうたをたくさんおしえてもらいました。お母さん、お父さんと一緒に歌ったり手遊びしていっぱいふれあえたね♡



ぎっちょうぎっちょう  
こめついたらはなそ♪  
(お手玉遊び)



あきかぜふー  
もみじのはっぱが  
ひーらひら



次回のお知らせ  
12月21 (水)  
おたのしみ会  
クリスマス!  
サンタが  
やってくる?



おたのしみの後、円座になって今日の一言発表のお題は「お風呂は誰が入れる？」  
ママ、パパ、おじいちゃん…  
中にはワンオペのママも…湯冷めして風邪ひかないようにね🐼



乳児・幼児合同

クリスマス会

12月14日



OGママのハンドベル  
キラキラ星  
きれいな音色(♪に  
ウツリ~



次回のおしらせ  
1月19日(水)  
親子でたいそう





# 乳児幼児合同 おたのしみ会・節分 2月2日

2月3日は節分。そして4日は立春。  
豆まきをして邪気を祓い、寒い冬に別れを告げる日。親子で一緒にオニのパンツを  
歌いながら踊ったり、かわいいオニさんも作りました。  
「健康で幸せな一年となりますように……」と願いをこめて豆まき。  
季節の行事を楽しみました。



# 乳幼児合同 ことばと絵本のちから

— 絵本で心を育てよう — 9月7日



講師：鳥取県図書館協会 会長  
鳥取県子ども読書アドバイザー  
山田 節子 さん

親子で絵本やおはなしの楽しさを共有したり、継続的に読み聞かせをすることでもたらされる効果…豊かなことばとところの根っこを育てる…などのお話

メディアについて…テレビやネットの画像は一時的な楽しさ、心には残らない。できれば2歳までは見せないほうがいいですよ



県教委発行の冊子を配布



絵本が始まると騒いでた子どもたち  
全集中!! 👁👁

どんぐりころちゃん  
あたまはとんがってー  
おしりはぺっちゃんこー

次回は10月12日  
乳児幼児合同「お散歩」  
近くの公園へ  
でかけます





# 乳幼児合同 お散歩に行こう

— 町内探検しよう —

10月12日

## 賀露神社～賀露保育園へ

神社では1200年続く神社の歴史、  
9月行われた赤ちゃん泣き相撲の様子を  
岡村宮司さんより聴き、長い石段を  
アップダウン👉

石段の上からの眺め海が見えて最高👁️



海が見えるよー  
ふねもみえたよー

保育園にちょっとだけ  
おじゃまして見学  
給食室からおいそ  
うな匂いが…🍴🍴

園庭ではすべり台、  
三輪車、  
芝生でかけっこ🏃  
お母さんとたくさん  
遊んだね



次回は11月9日  
乳児幼児合同「リトミック」  
おうちの人も  
動きやすい服装で

