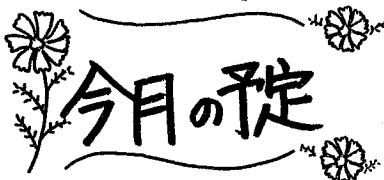


10月 ちっく♪たっくだより

H.18.10.7

- ミニ遠足～お外でランチ!
～公園へ出かけよう～



日時：10月3日(火) 10:30～

場所：大野高校横、公園

持ち物：弁当、水筒、敷き物、おしごりなど
各自必要なもの御用意下さい。

* 雨天時は、ちっくたっくでランチを食べましょう。
ちっくたっくから公園まで秋の自然に触れれば
から、歩いて行きます。いろんな発見があるかな！

- 工作会～お母さんと壁面制作

日時：10月24日(火) 10:00～終日

秋の壁面制作をみんなで作ります！

*予約不要です。当日お出かけ下さい。

- 9/5、親子11組の参加で、県の出前講座
働く女性のための講座を開催しました。
育児手当、育児休暇など、仕事と子育ての両立
について各種の支援制度についてお詣していただきました。



～ 育児相談会・山腰里美さん(栄養士)より～ Q&A～No2～

- Q. 最近、うす味…と言われます。
野菜などたれ汁だけで煮て、塩、しょう油は
使っていません。どうですか？

A. 野菜のそのままの味を知る、味わう…
とても良い事だと思います。

Q. 便秘なのですか…?

A. いも類など野菜と水分を多く
とるようにしましょう。

Q. 母乳をあげていますが、ビール、お酒など
アルコールを飲んでもいいですか？

A. 晩々、コップ1杯い位ならいいのでは。
我慢してストレスにのらす程度にして下さい。

- 子育て塾～保健師・栄養士による
身体測定と健康相談

日時：10月10日(火) 10:30～

子供達の成長を楽しみに…。

ワンポイントの役に立つお詣もあります。
成長の記録もお楽しみに。



- マスターによる育児相談会

日時：10月27日(金) 10:00～11:30

講師：大下節香さん(看護師)
気軽に御相談下さい。

- 9/2、演奏会へセンターにてキース演奏会
を開催しました。土曜日の午後、
185名余りの方が生演奏のすばらしさに、
聞き入っていました。子供達も手拍子、
樂器遊びのユニークでは、それぞれの打樂器を
手にリズム打ち♪を楽しみました。

Q. 食事を食べる場所は？テーブルで？

下で食べたり動き出してしまうのですが？

A. 家庭によって違うし、どこでもいいですが。
皆で食べる喜びや楽しさを大切に。
3才頃、保育園などに行までには、
座る様にします。

Q. 水分補給が大切ですか。木 kaliなど
常に飲ませてもいいですか？

A. 基本的には木 kaliは水分補給には
適していません。脱水や発熱時に、
治ってからも飲み続ければ腎臓への負担と
なることもあります。

* 家族で楽しく、おいしく食べる！大人が食に
丈して気をつけると、子供も変わってくるのですが、
など…お詣がありました。