



おひさまだより

キッチンより

☆離乳食 注意する食品☆

近年、アレルギーやアトピーの子どもが増えてきているといわれています。年齢の小さい子どものアレルギーは、消化吸収の機能と食事との関係が深いといわれています。赤ちゃんは胃の粘膜が弱いので、たんぱく質が十分に消化されずに吸収されてしまうことがあり、それが後にアレルギーの原因となってしまうようです。

卵・牛乳・肉などは離乳食の初期から使うことは避けたほうが良いでしょう。

ケアルームより ～糖分の取り過ぎに注意！～

まだまだ暑さが続きますが、夏の疲れはいかがでしょうか。暑い時期には、甘い飲み物で喉を潤すこともあると思いますが、この清涼飲料水にはどのくらいの糖分が含まれているのでしょうか？

冷たい飲み物は甘さを強く出すために糖分が多く含まれ、3gのスティックシュガーに換算すると、500mlのオレンジジュースには17本と4/5本、190mlのコーヒー飲料には5本弱入っています。水分補給はお子さんが脱水を防ぐために大切なことですが、喉が渇いた時は甘さを控えた飲み物を選びましょう。どうしても甘い飲み物を飲みたいときは、コップにわけて加減して飲みましょう。

過剰な甘味の摂取は、味覚の発達を妨げると言われています。適度な糖分摂取で、食物を美味しく食べられるようにしていきましょう。

トワイライトステイ

毎月各事業の様子をお知らせしています。
 今月はトワイライトステイです。

オープン以来、様々な理由で利用していただいております。特に仕事でのご利用が多く見られます。冠婚葬祭・通院などにご利用される方もいらっしゃいます。どうぞお気軽にトワイライトステイまでお問い合わせください。



どんなところ？

夕方から夜の時間帯に仕事などで育児が出来ないとき、夕食を提供し、お子さんをお預かりする夕方 17:00 から 22:00 までの一時保育です。異年齢のお子さん同士で交流しながら、2000ピースの積み木や木製レールなどで遊んだり、部屋いっぱい使って楽しく過ごしています。今後もお子さんが安全に過ごし、安心してご利用いただけるようなあたたかい雰囲気作りに努めていきたいと思っています。

トワイライトステイ
 の過ごし方

17:00	こんにちは（受け入れ）みんなで遊ぼう♪
18:30	夕食 全員で「いただきます」 順次、照明を落としてゆっくり過ごします
22:00	さようなら（お引渡し）



今年の十五夜（中秋の名月）は、10月3日です。

今月のお休み

ひろば

6（日）、13（日）、19（土）、
 23（水）、27（日）

一時あずかり

9（水）、21（月）



☆子育てひろば 9月のスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5	6
午前				講座①	講座②		
午後		育児相談	ケーキ			コーヒー	休
	7	8	9	10	11	12	13
午前		誕生会		講座①	講座②		
午後		育児相談	ひろば幼児				休
	14	15	16	17	18	19	20
午前			計測日	講座①	講座②		
午後		育児相談	ひろば幼児	マタニティ サロン		休	
	21	22	23	24	25	26	27
午前							
午後		育児相談	休	講座	フラ講座 (申込終了)		休
	28	29	30	※水曜日午後は就学前のお子さんの利用ができません ※第3水曜日は計測日(身長体重)10時~16時 ※しばらくの間、育児相談の曜日を変更します			
午前				※ 読み聞かせ			
午後		育児相談	ひろば幼児	11時45分~/15時45分~			

9/17 マタニティサロン
 時間 13:30~14:30
 定員 8名
 参加費 500円
 託児あり お茶、ケーキ付



パパカフェ

パパが主役の
 こだわりカフェ
 豆の種類にもこだわっています
 12:00~13:30

9月の講座

①エアロビクス

9/3, 10, 17 (木)

初心者クラス 10:00~10:50

経験者クラス 11:00~11:50

定員 各クラス 10名

費用 1500円 託児あり

☆申込8/17(月)10時~先着順

②親子リトミック

9/4, 11, 18 (金)

時間 10:15~11:15

定員 20組 (1歳半~3歳)

費用 無料

☆申込8/21(金)10時~先着順

・詳細はひろばの掲示板をご覧ください

午後に講座がある日はトワイライト
 の部屋での食事は1時までとさせて
 いただきます。ご了承ください。

9/2 (水)

ケーキおばさんのカフェ
 かぼちゃのタルト
 ベルベデー

(チョコレートとくるみの生地
 &アーモンドクリーム生地)

どちらも300円

※11時よりケーキ整理券を配布

販売 13時~13時半

15時~15時半

売り切れ次第終了です



親子プログラム

クラス名	生年月日	実施日、時刻
すみれ	H20.4.2 ~ H20.10.31	①②10/6.20(火) 11:00~11:45 ③11/10(火) 10:30~12:00
もも	H20.11.1 ~ H21.7.6	①②10/13.27(火) 11:00~11:45 ③11/17(火) 10:30~12:00
たんぽぽ	H19.4.2 ~ H19.10.31	①②10/14.28(水) 11:00~11:45 ③11/11(水) 10:30~12:00
さくら	H19.11.1 ~ H20.4.1	①②10/21.11/4(水) 11:00~11:45 ③11/18(水) 10:30~12:00
ゆり	H18.4.2 ~ H19.4.1	①②10/9.23(金) 11:00~11:45 ③11/6(金) 10:30~12:00
ひまわり	H17.4.2 ~ H18.4.1	①②10/16.30(金) 11:00~11:45 ③11/13(金) 10:30~12:00

①製作 ②運動遊び ③子育てサロン

・参加費 800円(ケーキ、お茶代)

・託児費 1200円

*申込み 9/7(月)~9/12(土)

ひろばにて直接お申し込みください

申し込み多数の場合は抽選とさせていただきます

♪詳しくはひろば掲示板をご覧ください