

たかせこ

No. 95

2022年2月

発行責任者
藤谷博紀

京都市子育てステーション指定園
たかせ保育園

下京区西木屋町通七条上ル 新日吉町126

TEL: 075-371-0840

ホームページ <https://takaseg.info/>

年末年始、薄っすら積もる雪に見舞われることも幾度かあり、厳しい寒さを感じる日々が多い今年の冬ですが、みなさんお元気で過ごしてしょうか。

“たかせこ”は、園の外へ散歩に出かけたり、お餅つきをしたりと、寒さに負けたくないくらい元気に過ごしています。そして現在、絵画制作展について感染症対策もしっかり行いながら開催するために準備をしているところです。新たなオミクロン株の増加など、懸念されることが続きますが、皆さんにもまた楽しい行事のご案内などができる時が来ますことを願っております。

園長

入園をお考えの方はいつでも

お問い合わせください



❁ 開園時間は朝7時から夜7時までです。(土曜日は6時まで)

❁ 産休明けから就学前まで、0才児も延長保育、土曜保育しています。

❁ 冷凍母乳など母乳保育も対応しています。充実した手作り完全給食を実施しています。

離乳期中期食

Q&A

「調乳・離乳の支援ガイド」(2019年)では、あくまでも目安の月齢ですが、離乳期中期を生後7~8か月頃としています。

Q.1 味付けは、いつごろからしていいのでしょうか？



A.1 中期の頃からは風味付け程度に味付けすることができます。ただし、赤ちゃんの未熟な腎臓の機能では、大人が感じるような塩分では多すぎます。みそやケチャップなども使用できますが、あくまでも風味を感じる程度がよいでしょう。

Q.2 うんちに食材がそのまま出てきます。消化していないのではと心配ですが、どうすればいいのでしょうか？

A.2 離乳食の開始後は、食材の色がそのままうんちの色になったり、つぶつぶの食材が、そのままの形でうんちに出てきたりしますが、赤ちゃんの機嫌がよく、下痢などしていなければ、心配する必要はありません。食材の栄養成分は吸収されています。咀嚼機能や消化機能が十分に備わってくると解消されるでしょう。



Q.3 あまり口を動かさずに、そのまま飲みこんでしまうので心配です。

A.3 中期食は離乳食に慣れてくる時期です。食欲のある赤ちゃんは、よく食べてくれるので介助する大人もついついスプーンをどんどん口に運んでしまいがちになるものです。

赤ちゃんが食べものを丸飲みしてしまう原因として注意したいのは、大人の食事介助の仕方です。スプーンの一口量は適切でしょうか。赤ちゃんのお口の容積は、大人の6分の1程度です。スプーンに山盛りにして口に入れたら、舌を使うことができず、飲み込めしかありません。

スプーンにのせる量は、ボウル部分の半分から3分の1程度にして、お口の中のものがすっかりなくなってから次のスプーンを運ぶようにします。

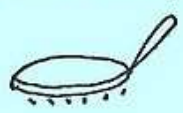
適切な介助を行っていても、そのまま飲み込んでしまう時は離乳食の次の段階に進めても大丈夫のサインかもしれません。舌ではつぶせずに左右の歯茎の部分に持っていきつぶせるような調理形態に進めてみましょう。

たかせ保育園の給食メニュー紹介




『たらのみそマヨ焼き』

(材料: 2人分)
 たらの切身 → 80gぐらいのもの 2切
 マヨドレ (マヨネーズでもOK!!) → 大さじ1
 みそ → 小さじ1/4

(作り方)
 ① マヨドレとみそをまぜ合わせる
 ② ①をたらにぬりつける
 ③ オーブン (185℃ぐらい) で 12~15分焼く
 フライパンお鍋でアルミホイルでふたをしなから焼いてもOK!!です



あさかな いろいろほ味で ついてみてください!!!!
 みそマヨ焼きの他にも...

- * いそバ焼き 
 - 青のり → 小さじ1
 - こいくち → 小さじ2/3 
 - * カレー風味焼き 
 - カレー粉 → 小さじ1/4
 - 三温糖 → 小さじ1/3
 - 酒 → 大さじ1/2
 - うすくち → 小さじ1
- それぞれ 80g切身 2切に 対しての分量です!!

『松風焼』


(材料: 2人分)
 鶏ミンチ → 160g
 とうふ → 60g
 ねぎ → 20g
 片くり粉 → 大さじ1/2
 A { みそ → 大さじ1/2
 みりん → 小さじ1/2
 酒 → 小さじ1/2
 こいくち → 小さじ1/2
 ごま → 大さじ1

ハンバーグのように小判型にして、フライパンで焼いてもOK!!です

- (作り方)
 ① ねぎはみじん切りにする
 ② ボールに①鶏ミンチ、とうふを入れまぜる
 ③ ②にAを加えてまぜ、さらに片くり粉を加えてまぜる
 ④ 天板にオーブンペーパーをひいて③を入れ平らにし、ゴマを上にする
 ⑤ 200℃のオーブンで15分ぐらい焼く。



『ちんすこう』

(材料: 20個ぐらい)
 小麦粉 → 125g
 さとう → 50g
 油 → 50g
 (作り方)
 ① 小麦粉とさとうをまぜる
 ② 油を加えてひとまとめにする
 ③ 2~3cmぐらいの平たい丸にする 
 ④ 160℃のオーブンで12~15分ぐらい焼く

災害避難食の日のとりくみ

災害物資については、毎年、備蓄の点検・補充を行っています。

近年、たかせ保育園では 災害避難食の日として 1月17日と3月11日の年2回園に備蓄されている非常食を子どもたちが、おやつ時間に食べています。職員間で再度の確認、子どもたちは、知る体験するを大切に、知識を深め、共有しているとりくみです。

寒さに負けず
冬も元気に外あそび!!

まだまだ寒い日が続いていますが、外で走ってみると、案外身体もホカホカ、スッキリします!!
ぜひお家でも作って楽しんでみてください。

① くるくる凧

- ・正方形(20cm x 20cmくらい)の画用紙に好きな色で模様を描きます。色を塗ってもOK
- ・画用紙をうずまき状に切ります。
- ・うずまきの真ん中に糸をつけたら完成!!



② レジ袋凧

- ・持ち手のついたビニール袋に好きな紙を描きます。
- ・持ち手のところに糸をつけたら完成!!



袋に風が入ってよく飛びますよ〜! いっぱいあそんで帰ってきたらしっかり手を洗おうね!



今回はもうすぐ年長さんになるみどり(み) (4歳児) とはいは卒業園を迎えるにじ(み) (5歳児) で読まれている絵本を紹介しつ。

「くもきちせんせい」

深見春夫 作
(PHP研究所)

空からやってきたちよと
おかしい先生「くもきち先生」
は子どもたちの人気者。
おさんぽ中に現れた「くも
かい(やう)」から子どもたちを
守ります!



「ネズミのよめいり」

谷真介 作
赤坂三好 絵
(佼成出版社)

ネズミの夫婦は、年3才
の娘の下に、「世界一の
おむこさん」を探し始め
ます。そしてその糸球は...
子どもたちのリクエストが
多い1冊です



「エルマーのぼうけん」

ルースタイルスカネット 作
ルースカスマンガネット 絵
(福音館書店)

リゆりの子どもを助けるため
に、エルマー少年が「猛獣た
ちの住むとらぶら島」...
ハラハラドキドキ... 大人気の
1冊! シリーズ3部作で
じっくり楽しめますよ。



「かもとりごんべい」

堀尾青史 文
福田庄助 絵
(岩崎書店)

かもとりごんべいという鉄砲が
が一度に百羽のカモを捕ま
えようとして、一羽一羽に縄を
かけていきますが...

ストーリーがわかっていてもお話
に吸い込まれていく名作です。

