

# のびのびだより

## 2024・9月

利用料：無料  
 開所日：月曜日～金曜日（休日：土・日・祝日）  
 ●午前：10時～11時30分 ●午後：13時～15時まで

E-mail: [info@amagasaki-nobinobi.com](mailto:info@amagasaki-nobinobi.com)  
 TEL : 06-6482-8082  
 所在地：尼崎市杭瀬北新町3-16-7  
 一般社団法人 **のびのび**

### 9月のよてい

★うんどうかいのお知らせ★

- 10月/ 12日・19日(土曜日) /各日8組限定
- 申し込み開始/ 9月30日～参加決定は申し込み順になります。
- 9日 ……………おうたあそび  
(毎月/第2・月曜)10:30
- 17日～20日……………身体測定  
(毎月/第3週月～金曜)
- 11日、25日……………読み聞かせあそび  
(毎月/第2・第4/水曜)10:45～11:00
- 毎週(火曜)11:25～…………ママ手話
- 毎日するよ……………はみがき・てあらいダンス
- ランチタイムは 消毒時間の為 廃止しています。

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2	3 ママ手話	4	5	6	7
8	9 おうた遊び	10 ママ手話	11 読み聞かせ	12	13	14
15	16	17 ママ手話 身体測定	18 身体測定	19 身体測定	20 身体測定	21
22	23	24 ママ手話	25 読み聞かせ	26	27	28
29	30	1	2	3	4	5

### おつきミカんだんご

- 材料 ●みかん缶詰… 1缶  
 3人分 ●オレンジジュース… 適量  
 ○白玉粉…70g位の好みの量で  
 ○水… 白玉粉と同量 1:1

#### 作り方

- ① 白玉粉を白玉粉と同量の水で練って丸める。
- ② ①を沸騰したお湯で浮き上がるまで湯がく
- ③ ②を冷水にさらす。
- ④ みかん缶詰とオレンジジュースを混ぜる。
- ⑤ ④に②の白玉を加えて出来上がり♡



ママのための簡単おやつ

今年の中秋の名月は9月17日です。たまにはお月見団子をアレンジしてみない？みかん色の中で輝くお月見団子です。

白玉は作り置き冷凍できるので便利です。

写真は果汁入りみかん缶詰を使用していますが、色んな缶詰やフルーツ、ジュース等でアレンジして楽しんでみてください。

小さなお子さんに与える時には喉を詰めないように、白玉は小さく丸めたり刻んだりして、しっかりよく噛む練習をさせてあげてくださいね。



### 7・8・9月のおうた

### きらきらぼし

きらきらひかる おそらのほしよ まばたきしては みんなをみてる きらきらひかる おそらのほしよ

### のびのびいこう!

暑くても楽しかった夏の疲れが出るころですが、そろそろ食欲の秋の気配ですね。この間、お買い物に出かけたときに目にしたグルメなベビーフードの種類が多さにびっくりしました。必ずベビーフードじゃないとダメというお考えのママパパもいますが、ストックを買い忘れても大丈夫です。

我が家は家族が食べるご飯を水でふやかして煮てみたり、電子レンジで離乳食のお粥や、牛乳と刻んだパンで牛乳粥に。火を通したリンゴやお味噌汁の具もどろっと食べやすく潰して出来立ての離乳食にしていました。毎日家族の食事をベースにどろっと簡単に潰した離乳食を食べさせていましたが息子は元気に育ちましたよ。

●離乳食は生後6か月を過ぎる頃から授乳と並行して始めることが多いですが注意も必要です。

★赤ちゃんの体質のアレルギーがわからないので、離乳食の最初は他の材料と混ぜないように。

★体調の良い朝、離乳食は薄味のひとさじから始めてみてください。

★午前中は消化器官の働きもいすすし、万が一異変があっても病院にも行きやすいので。

★1歳未満の乳児はハチミツの菌を消化できないのでハチミツは加熱しても絶対与えないでください。

★離乳食では油っこいものや、気管に入ってしまうようなピーナッツや炒り大豆、固形の物も避けましょう。

初めての離乳食…食べてくれない。食べにくそう。あそんじゃう…こんなとき、みんなどうしてるのかなあ？

子育て中に必ずある子どもの成長の疑問や心配をのびのびママパパ達と一緒に乗り越えていきましょう🍀

