



子育て支援の
情報はこちら
からアクセス

「木 ぎっず っ d's」 だより

2024年10月

つがる市木造千代町
認定こども園 ぎづくり保育園
子育て支援センター
TEL 0173-42-2317
FAX 0173-42-4595

園児随時募集中

こんにちは！認定こども園 ぎづくり保育園 子育て支援センターです！！

9月も残暑が続いて暑い日が多かったですね。最近になってようやくおだやかな秋の日差しを感じ、過ごしやすくなりました。季節の移り変わりを楽しみつつ、衣服の調整をしながら健康的に過ごしていきましょう。

「まあい抱っこ」していますか!?



生まれる前の赤ちゃんはママのお腹の中でまんまるの姿勢で過ごしています。「まあい抱っこ」は赤ちゃんがお母さんの体内にいた頃の環境に近く、赤ちゃんが心地よく過ごすことができる体勢です。今回は、まあい抱っこの重要性をお知らせします。

まだ首と腰がすわっていない赤ちゃんを長時間たて抱っこを
すると…



- ・頸椎に負担がかかる
- ・首から背骨の筋力が固くなる(ストレートネック)
- ・手指の動きにもぶくなったり、動きづらくなる
- ・そしゃく、えん下運動も弱くなって、舌の動きも悪くなる
- ・体のバランスをとることが難しくなる(体幹)

身体の色々な所に弊害が起きてしまうのですね

○首と腰がすわっていない赤ちゃんは……体が「C」の形の横抱っこ

首と頭を腕でしっかりと支え、頭からおしりが「C」の字になるように横に抱っこし背中への負担を少なくします。



○首と腰がすわっている子どもは……体が「も」の形&足が「M字」のたて抱っこ

赤ちゃんのおでこを大人のデコルテ部分につくようにし、腕の上に赤ちゃんを座らせ、腕全体でおしりを支えます。足は「M字」になるように抱っこし、股関節を守ります。



●よく聞くのが「うちの子、たて抱っこすると泣かないんです」というのは、首が突っ張ってしまい、声が出しづらくなって、泣かないのではなく泣けないのです。

○首と背中中の緊張をほぐすのは、マッサージがおすすめです。さすってあげるだけでもコリがほぐれます。ベビーマッサージをして赤ちゃんとのスキンシップで親子の絆を深めましょう！

今の子節にぴったり！フライパンでつくるさつまいもの蒸しパン



<材 料> シリコンカップ6~8個分

<つくりかた>

- ★ さつまいも 中サイズ1個(約200g)
- ホットケーキミックス 200g
- たまご 1個
- サラダ油 小さじ4
- 砂糖 大さじ2

ポイント
フライパンの水は必ず沸騰させてから入れよう！



1. ★皮をむかない場合はしっかり洗って1cm角に切り水にさらす
2. さらした水は捨てて、500Wのレンジで4分ぐらい加熱する
3. ●の材料を全部ボウルに入れて混ぜる
4. 3に2のさつまいもを入れ、ざっくり混ぜる
5. 4の生地をシリコンカップの7分目くらいまで流し入れる
6. フライパンに1cmくらい水を入れ、沸騰させる
7. 6に5のシリコンカップを並べ、蓋をして弱火で約15分蒸す
8. 竹串をさして生地がついてこなければ出来上がり！

一時あずかりのお知らせ

出産や病気、冠婚葬祭、その他急に保育が必要な時は、一時あずかりを利用できます。満1歳のお子さんから就学前までのお子さんが対象です。事前にお申し込みが必要ですので、詳しくはお問い合わせください。

<お問い合わせ・お申し込み> 認定こども園 ぎづくり保育園 TEL 0173-42-2317 (お問い合わせ時間 8:30~17:00)