

にじいろ便り

第 7 号

社会福祉法人楽山会
第二椎の実子供の家
令和4年10月1日



夏の酷暑が過ぎ行き、涼しい秋風が吹き始めとても過ごしやすくなりましたね。秋といえば、食欲の秋・スポーツの秋・読書の秋・実りの秋など楽しみの多い季節です。昼夜の温度差で体調を崩さないように気をつけて過ごしていきたいものですね。

美味しい！秋の味覚

秋が旬の食べ物には、ぶどうや梨などの果物・さつまいもやキノコ類の野菜などたくさんあります。旬の食材をぜひ、赤ちゃんも食べられると良いですね！！



～りんご～

りんごは、離乳食初期から取り入れる事ができる食材です。そして加熱することによって甘みが増します。けれどアレルギー反応が生ずる事もあるため、少量から始めるとよいかもしれません。

～柿～

離乳食中期頃からすり潰したものを取り入れられます。しかし体を冷やす効果があり食べ過ぎてしまうとお腹の調子を壊すこともある為注意が必要です

～しいたけ～

食物繊維やミネラルなどの栄養が豊富なしいたけは、離乳食後期頃から食べる事ができます。ただし、しいたけは弾力が強く、乳児には食べにくい食材かもしれません。そういった場合は、しいたけの出汁を使った離乳食もおすすめです！しいたけの出汁は、離乳食中期頃から使うことができます。

～れんこん～

れんこんは、あくが強い為離乳食後期から完了期で食べることができます。食物繊維が豊富に含まれているため、便秘が気になる赤ちゃんにおすすめの食材です。れんこんは、中心部分が柔らかいため離乳食に適しているかもしれません。

予約受付中！！

お友達もお誘いの上、是非ご参加下さい。



第12回～第15回
出産を迎える親の見学会



日にち／10月5日(水) 10月13日(木)
10月19日(水) 10月24日(月)
時間／10:00～10:40
持ち物／室内履き・靴入れのビニール袋
場所／第二椎の実子供の家 園舎

★事前にご予約ください。



運動会が行われました

9月24日(土)

雨天のため、南浦小学校体育館にて開催しました。子ども達の元気な声が響きわたりました。



一時預かり
ご利用
下さい

お仕事やお子様を連れて行くことが出来ないお出かけの時、大人のリフレッシュ時間などにご利用いただけます。

問合せ先／0422-44-4103 (金子)