

子育て相談室！

「爪を切る時、嫌がるのですが…」

★赤ちゃんの爪の切り方のコツ

- 何回かに分けて切る
- ママ・パパが爪切りを怖がらない
- 片方の手で爪を固定しながら切る
- 端→真ん中の順番に切る
- 大まかに切った後に形を整える

切る時のタイミングは、お昼寝中及び熟睡中に切っているママさんが多いとのこと。その他に、話しかけながら切ったり、おもちゃやお菓子を握らせたりする場合もあります。日頃から、手足のスキンシップをとるのもひとつの方法かもしれませんね！



おすすめ絵本

『いろいろごはん』

作/絵 山岡 ひかる

(くもん出版)

少食、偏食、好き嫌が多い子に。ごはんが楽しくなる本。ほかほかごはん、ふっくらごはん。ぎゅうぎゅうまきまきおにぎりさん、満面の笑みのお茶漬けさんに、涼しい顔をした雑炊さん。次は何か？



無性に食べたいその味！実は…？

食べたくなるもので、自分の体調が分かる！
自分の体の状態をチェックしてみましょう！

- ★甘い⇒ 疲労がたまっている
- ★辛い⇒ ストレスがたまっている
- ★しょっぱい⇒ ミネラル不足
- ★酸っぱい⇒ 胃の疲れ
- ★アイス⇒ 水分不足
- ★炭酸飲料⇒ カルシウム不足
- ★炭水化物⇒ たんぱく質不足
- ★氷・コーヒー⇒ 鉄分不足 (※人によって異なります)



2021年 9月号

幼保連携型認定こども園

あけぼのこども園

9月の予定

コロナウィルス感染者増加の為、
9月のイベントは
お休みです。

9月7日(火)

<おはなし会>

読み聞かせ⇒中止

10時～ 先着3組

参加費 無料

締め切り 9/3迄

9月8日(水)

<ママクラス>

ヘアゴム作り⇒中止

お1人様ペアで3個まで♡

10時～ 先着3組

参加費 50円

締め切り 9/4迄

9月15日(水)

<食育>

手作りおやつ⇒中止

1歳からのおやつ♡

10時～ 先着3組

参加費 無料

締め切り 9/7迄

9月29日(水)

<なかよしランド>

ひも通し遊び⇒中止

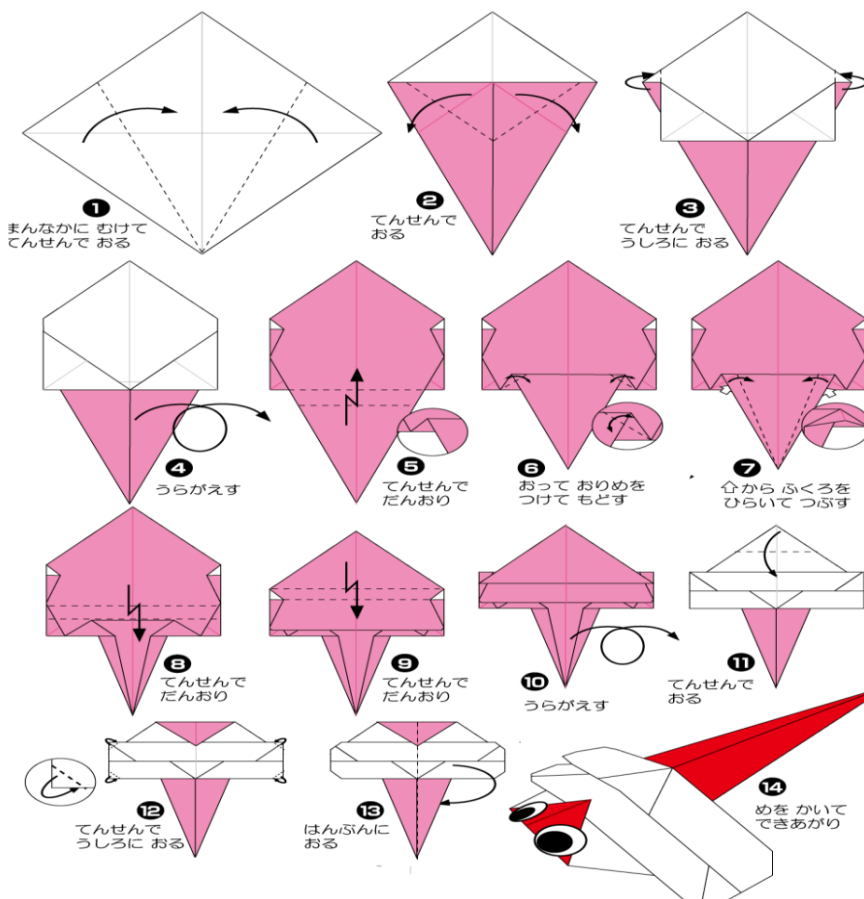
10時～ 先着3組

参加費 無料

締め切り 9/25迄

つくってあそぼう！

☆ おりがみ ☆



あかとんぼ2



まぶたの腫れ解消法！

使用済みの紅茶のティーバッグは、冷やすとまぶたの腫れに効きます。また、出がらしの紅茶でうがいをするとう風邪予防になります。まぶたの腫れは、食生活や睡眠不足などが原因で起きてしまうことが多いようです。紅茶に含まれるタンニンは肌の赤みを取り除いてくれるといわれています。中でもカモミールには肌の炎症を抑える効果があるのでおすすめです。枕を使って頭を体より高い位置に置くようにしたら、まぶたの上にティーバッグを乗せて5分から10分ほどパックします。





ま～なひろば



「美郷こども園」「アリス保育園」「中郷こども園」「あけぼのこども園」4園合同で開催しています。

9月は、新型コロナウイルス感染者数増加の為、スポカルイン黒石が閉館になりました。
そのため、親子アリーナで毎週木曜日・金曜日に行われている「ま～な」もお休みすることになりましたのでお知らせ致します。

再開予定については、4園のHP 又は、ま～な LINE にてご確認ください。

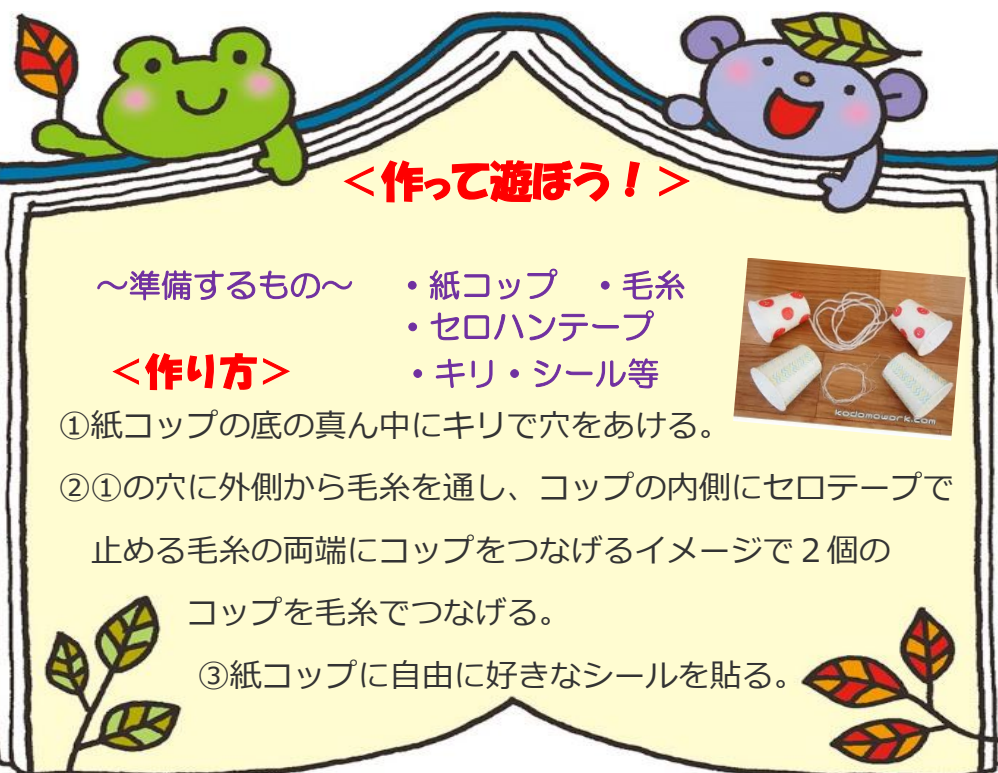
コロナウィルスが終息し、
元気に会えるのを
楽しみにしています。

LINE を始めました！
ま～な情報や4園の情報が
見れます！



隠し絵パズル！

※半分を隠して
探してみてね！



9月乳幼児健診（場所: スポカルイン黒石）

健 診 別	実 施 日	対 象 者	受 付 時 間
乳児健診	9/9 (木)	R3年 5月生	午後0:15～0:30
1歳6カ月児健診	9/14(火)	R2年 2月生	午後0:30～0:40
2歳児健診	9/15(水)	H31年2月生	午後0:30～0:40
3歳児健診	9/8(水)	H30年 2月生	午後0:15～0:30

☆ あけぼのこども園 子育て支援センター ☆

◎9月は新型コロナウイルス増加の為、お休みとなります。
◎子育て相談等は、電話にて随時受け付けています。
大変申し訳ございません。



【あけぼのこども園】
黒石市あけぼの町95
TEL 53-1992
FAX 53-5525
HP <https://akebono-hoiku.jp/>



超！簡単！クッキング

【焼きいもできる十五夜のお月見うさぎ】

●材料

- ・さつまいも・・・100g
- ・砂糖・・・約10g
(お好みに合わせて砂糖の量を調整してくださいね。)
- ・ハーブソルト
(お好みで)



●作り方

- ① さつまいもを 250 度のオーブンで加熱して焼きいもにします。
- ② 半分に切り、スプーンで中身を出してほぐし、砂糖を加えます。
- ③ 小分けしてラップに包み、ラップを絞るようにまるめて少しこねるようにして形を整える。
- ④ ラップを外してお皿の上でさらに形を整えます。
- ⑤ 焼きいもの皮で耳をつける。
- ⑥ 食紅を爪楊枝につけて目を描いて完成！
- ⑦ お好みでハーブソルトをかけて♡

★コツ・ポイント

- ・しっとりタイプのさつまいもを使うと作りやすいです。



9月休日救急当番医

実施日	病院・診療所名	TEL
5(日)	かきさか医院	53-2255
12(日)	ちとせクリニック	53-7228
19(日)	健生黒石診療所	53-3015
26(日)	黒石あけぼの病院	52-2877

