

抱きぐせがつかから、抱っこはしない
ほうがいいって言われたけど、ホント?



戦後から、『抱きぐせがつく』という考え方が広まってきました。しかし最近では、乳幼児期に抱っこなどの温かなスキンシップが足りないと、情緒不安定になりやすい、キレやすいといったマイナスの影響につながると言われています。

小学生でも甘えたい時は気の済むまで甘えさせて良いそうです。思春期の子どもでも、『ポンポン』と肩を叩いたり、ハイタッチなどのスキンシップは有効です。

お母さんから子どもへ、子どもから保護者へ伝わる体温が、心の暖かさも育むと言われています。

子どもからの「抱っこ」には家事の手を休めて応えてあげましょう♡



野菜嫌いな子どもにも♡

小松菜のオムレツ

材料(4人分)

- 小松菜・・・1/2袋
- 合いびき肉・・・70g
- 卵・・・4個
- ☆しょうゆ、酒・・・各大さじ1
- ☆砂糖 (お好みで)・・・ 小さじ2

作り方

- ① 小松菜を茹でて小さく切る。
- ② フライパンで合いびき肉を炒める。(脂が多いので油はひかなくてもOK!)
- ③ 色が変わったら①と☆を加え、水分が飛ぶまで炒める。
- ④ 溶き卵を流し入れ、大きく混ぜながら火にかける。少し固まってきたら弱火にし、蓋をして2～3分焼く。
- ⑤ ふたや大きめの皿を使ってひっくり返し、1～2分焼く。
- ⑥ お皿に移して出来上がり♪



小松菜の栄養価

貧血の予防・改善、免疫力向上、風邪予防、肌老化予防、妊娠・授乳中の栄養補給、肌荒れ、骨粗鬆症の予防 etc と家族みんなに嬉しいお野菜です!

親力アツアツ!! こんな時、どうする?

「ぼくとお兄ちゃん、どっちが好き？」と聞かれたら?

- ① 両方好きだけど、あなたの方が余分に好きだよ
- ② そんなこと聞かれると困っちゃうな
- ③ どっちも大好きだよ

答え→③

これがいちばん子どもを安心させる答えです。どちらも平等だと答えることで、兄弟そろって安心して親の愛情に身を任せていただけるのです♡

4月休日当番医

1日	(日)	盛耳鼻咽喉科	53-1187
8日	(日)	黒石あけぼの病院	52-2877
15日	(日)	かきさか医院	53-2255
22日	(日)	山谷胃腸科内科	54-8370
29日	(日)	兼平医院	52-3305
30日	(月)	寿町クリニック	53-5420



- ☆子育てひろばの予定は赤字、保育園の予定は黒字です。
- ☆妊婦さん、子育てをしているパパ、ママ、おじいちゃん、おばあちゃん、どなたでも参加できます。
- ☆園の開放日は月～日、午前8時～午後5時までです。
- ☆子育て相談日：電話、面接、訪問、月～土、午前8時～午後5時までです。(面接、訪問は事前にお電話ください。)



ここが美郷保育園です。

Tel : 0172-52-3890

FAX : 0172-52-3915

メール :

misatoho@ia5.itkeeper.ne.jp

ホームページ :

<http://misatohoikuenn.net/>

おすすめ えほん コーナ

作・絵/荒川 静恵
学研

『みいつけた』

赤ちゃんの初めての絵本にぴったりなかわいい絵本です。ページをめくるとかわいい動物が出てきます☆



おはながわらった

作詞：保富 庚午 昭
作曲：湯山

♪ = 74

お は な が わ ら っ た お は な が わ ら っ た
お は な が わ ら っ た お は な が わ ら っ た
み に ん を わ ら っ た い げ う き に わ ら っ た

春のスキンケア

まだ気温や湿度が上がりきらず寒い日もある

4月…。春風に乗った花粉やPM2.5などの汚れの対策、そして急激に増える紫外線対策も忘れてはいけません。

寒暖差による肌ダメージが原因となってお肌バリア機能の低下やターンオーバーの乱れが起きやすい時期でもあります。

そこでエイジングケア化粧品でおすすめは、セラミド配合のセラミド美容液、セラミドクリームです。ただし、こってりしたクリームはほこりや汚れが付着しやすいので要注意です！ ジェルタイプの保湿クリームなどを取り入れましょう。さらに、紫外線の量が急上昇するので、しっかりと紫外線対策を行いましょう！

