子育で情報紙

2021

苓北町社会福祉協議会 苓北町子育て支援センター 熊本県天草郡苓北町志岐32番地3 TEL (0969)31-1365 FAX (0969)31-1365

開 設 日 月~金の毎日(祝日を除く)

▶ II月のクッキング

午前9時30分~午後3時

苓北町新ふれあい館

開設時間

妏

利 用 料

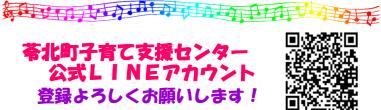
子育て中の保護者と子ども 子育て中のママのみ マタニティママ

町内 100円

町外 200円

苓北町子育て支援センター 公式LINEアカウント 登録よろしくお願いします!

困っていませんか?好き嫌い



ID:574vnugv A PURE DE LA PROPERTIE DE LA P

* お悩みやご相談があるときは、お気軽にお電話もしくはご来館ください



3日(金)10:15~ クッキング

14日(火)10:30~

10・11・12月生まれのお誕生会

17日(金)10:30~ お正月飾り









おててがでたよ 作 林明子 出版社 福音館書店 ¥880(稅込)

を着ようとしていま す。おててが出て、 頭が出て…あんよも 上手に出せるかな? 「ぱっ」や 「ぬぅー」など、出 てくる擬音も楽しい

赤ちゃん連れで出来ないことをしたいときなどに、支援セン ターでお子さんをお預かりします。お気軽にご利用ください♪

対 象:町内に居住されている親子

利用料:|時間|00円

(2時間くらいまで)

利用できる日:センターの開所日



食べ物の味、食感

人間には、味覚によって食べられるものを判断する本能が備わって

大人よりも味覚に敏感な小さな子どもが、酸味や苦みのある食べ物やねばねば したものを好まないのはそのためです。

食べ物の色

上記と同じく、人間は緑色の食べ物も本能的に避ける傾向にあります。

過去のトラウマ

前に食べた時に気持ち悪くなった、などの経験からその食べ物を食べられなく なることがあります。

アレルギー

食べたらのどがイガイガする、などアレルギー症状の不快感でたべたがらない ことも。まだ言葉で伝えることができない小さなお子さんは注意が必要です。

食卓の雰囲気

「早く食べなさい」「どうして食べられないの?」などと言われながら食べる 食事は、大人でも美味しく感じられませんね。「おいしいね」など言葉かけに も気をつけ、楽しい雰囲気で食事ができるようにしましょう。

※おっぱいやミルクを卒業し、食事からのみ栄養を摂るようになった状態で特 定の食べ物しか口にしない、など極端に食べられないものが多い時は、好き嫌 いではなく偏食といいます。偏食が続く場合は栄養が摂れているか心配になり ますね。この場合は『感覚過敏』も考えられますので、小児科に相談しましょ う。

お父さん、お母さんに好き嫌いはありませんか?

大人でも、1つや2つ苦手な食べ物があるものです。

また、子どもの好き嫌いは一時的な事も多いです。無理やり食べさせようとす ると、かえって好き嫌いがひどくなってしまい食事自体を楽しめなくなってし まうこともあります。

好き嫌いがでてきたら

- 無理強いはしないが嫌いなものも食卓に出すようにする
- ・おなかがすいている時に苦手な物を味見してもらう
- 一口でも食べたら褒める
- 苦手な食べ物の料理を子どもにお手伝いしてもらう

大らかな気持ちで向き合っていきましょう!

