



保育コンシェルジュ便り



戸田市保育幼稚園室発行 第8号 2020. 8月

戸田市では「保育コンシェルジュ」による子育て相談や保育施設利用にあたっての保育サービスの情報提供、「保育コンシェルジュだより」の発行等を通し、子育てを応援させていただいております。また、保育業務に携わる方の相談もお受けし、思いを共有しながら支援を行っています。ご来庁に限らず、お電話での相談等もお受けしておりますので、是非ご利用ください。(直通 Tel048-443-5611)



“こんなこと・あんなこと…”「教えて、コンシェルジュ！」



承知しました。



【よくある質問や相談内容】

- 保育園の入所を希望しているが、その申請方法や施設の選び方を教えて欲しい。
- 育児休業後の復帰のタイミングはいつ頃がいいの？
- 引っ越してきたばかりでお友達がいない。交流場所を教えて！
- 生活リズムがなかなか整わない、おむつがなかなか取れない、どうしたらいいの？
- たまにはリフレッシュしたいので、どこか安心して預けられるところはないかな。
- 毎日子どもと一緒にいると行き詰ってしまうの、話を聞いて欲しい。
- 離乳食がなかなか思うように進まない。 等

うちの子あまり離乳食、食べないの！

赤ちゃんにとっての離乳食は食生活の土台です。頑張りすぎると親も子も疲れてしまいます。気負わずゆっくり進めることが大切です。

※離乳食については、裏面でもう少し詳しく記載しましたのでご覧ください。

なかなかオムツが取れない、どうしよう！

「そろそろおむつをはずしたいのに、トレーニングをしてもなかなかはずれない。どうしたらいいのかしら？」と言った悩みを持った親御さんも多いかと思いますが、「排泄の自立を促すために…」と少し考えを変えれば、それほどあせらず取り組めるのではないのでしょうか。汗をかくこの暑い時期に、まずはお気に入りのパンツで日中過ごしてみてもいいかもしれません。そして、時間を見計らいトイレ等に誘います。タイミングよく出来たら、パチパチパチ！一緒に喜んであげましょう。できるだけ規則正しい生活習慣で、決まった時間にやさしくトイレ等に誘い、気持ち良く排泄できる環境をつくりましょう。

夏に気を付けたい病気って？

39℃前後の高熱が4~5日続く。目やに、目の充血がある。

プール熱(咽頭結膜熱)



はやり目(流行性角結膜炎)



目が充血し、目が開けられないほど腫れ、涙が出る。

39℃前後の高熱。喉に小さな水泡ができ、痛むため水分補給を嫌がり、脱水症状を起こすこともある。

ヘルパンギーナ



手足口病



手のひら、足底、足背、指の間に赤くて真ん中が白い円形の米粒大の水泡ができる。肘、膝、でん部にも出現する。痛みやかゆみを感じることもある。

毎日の検温大切です。



お箸が上手に使えない、指導方法は？

日本の文化としても大切にしたい“お箸”。日常生活では何よりも一緒に食事をする大人が手本です。お箸を持つタイミングは子どもが興味関心を持ち始めた時。スプーンやフォークを持ち始めた頃から食具は下から手を添え食べるように伝えていきましょう。同時に事故につながることもあるので、お箸をくわえたまま走らない等のお約束も大切です。

【離乳食についてのご相談が多くありましたので、お役立てください。】



《子育て応援コーナー》 離乳食について…Q&A

離乳食の役割：将来の食生活の基礎を作る大切な役割があります。

「乳」を離れ、食べ物から栄養をとる練習をするための「食」の事。かむことの基本を学習します。

ステップ1：5～6ヵ月ごろ

Q：離乳食をあげても口を開けなかったり、“ベーツ”と出してしまいます。

A：「待つ」ことも大事。焦らずゆっくり進めましょう。周りの大人と一緒においしそうに食べる姿を見せることも大切です。

ステップ2：7～8ヵ月ごろ

Q：よく「オエッ」となります。このまま進めても大丈夫？

A：食べる意欲があり、一生懸命食べている証拠。食材が固すぎたり、大きかったり、すすめ方も少し早いのかもかもしれません。一口の量を少なめにし、「モグモグしようね。」と声をかけながら、ゴックンと飲み込むの確認してから、次の一口を入れてみましょう。

ステップ3：9～11ヵ月ごろ

Q：食べることに集中せず、離乳食で遊んでしまいます。

A：好奇心が旺盛になり、遊び食べが増えていく時期。初めの10分くらい集中して食べていて、その後食事に集中しなくなったらおなかが満たされたサインとみて良いでしょう。「ごちそうさま！」と言ってお片付けしましょう。

ステップ4：1～1歳6ヵ月ごろ

Q：おやつをあげるようになったら、ご飯を食べなくなりました。

A：3回食を定着させるためにも、朝食をしっかり食べることから始め、生活リズムを整えていきます。十分活動し空腹で食べる感覚を養います。おやつは、牛乳や果物など軽めのメニューで調整しましょう。

※周りの大人はどうしても食べさせることに一生懸命になりがちですが、“食べることは楽しい！”と食べさせてくれる人と共感できることが大切です。

なかなか次のステップに進まなかったり、食べ過ぎることもあります。赤ちゃんのペースに合わせゆっくりサポートし、見守っていきましょう。

参考図書『らくらくあんしん離乳食』学研



ひとりで悩まず、心配や不安事等があればいつでも保育コンシェルジュに聞いてください。一緒に考えることでお役にたつことがあると思います。ゆっくりお話をさせていただくためにも、ぜひご予約を入れていただくことをお勧めします。お気軽にお問合せください！おまちしております。

TEL 048-443-5611 (保育コンシェルジュ直通)