



かのう子育て交流ひろば ベジフルかのう通信 N0.6



令和 7 年度

ベジフルかのう通信 N0.6

R7 年度 かのう子育て交流ひろば

少しずつ春が近づいてきましたね♪
しかし、空気が乾燥しやすい今の時期は、
まだまだ感染症や風邪が心配です。
引き続き、うがい・手洗い、じゅうぶんな
睡眠、栄養たっぷりの食事で体調を整えて、
元気に過ごしたいですね ♡

～ ひろばご利用時のおねがい ～

- ※ お子さまが安全に遊べますように、保護者の方は目を離さないでください。
- ※ 水分補給・授乳はOKです(^^)(食べ物をご遠慮ください)
- ※ 貴重品の管理は各自でお願い致します。
- ※ 携帯電話等での撮影は、周りに配慮して行ってください。
- ※ 体調の悪い方はご遠慮ください。
- ※ イベントの様子(写真)などを、法人ホームページ・Facebook・通信等で紹介させて頂く場合がございます。予めご了承ください。

みなさんが、お互いに気持ちよく楽しく過ごせますように
ご協力お願い致します(^^)



スプーンの練習は、子どもの手の機能の発達に合わせて。

子どもの手の機能の発達に伴い、スプーンの持ち方も変化します。食事の時間が嫌いにならないように、食べることを楽しみながら、指の発達に応じて食べる練習をしていきましょう。

■スプーンの持ち方の変化



「公益社団法人 日本栄養士会 健康増進のしおり
2013-4 離乳が終わって3歳頃までの子どもの食事」より抜粋

* 楽しく練習 *



ままごと遊びの中で

ままごと遊びをしながら、スプーンで野菜や果物のおもちゃをすくって遊ぶ。

砂場遊びで

おもちゃのカップに、砂を入れて楽しく遊ぼう！自然と手首をかえす練習に。

お風呂の中で

お風呂の中なら、どんなにこぼしても平気！空きカップをとっておいて、お湯をスプーンですくって遊ぶと楽しいね♪

宮崎市清武町加納乙 1047 番地 加納地区交流センター内和室

開設日：月・木曜日

開設時間：9:30～12:00

13:00～15:30

お休み：祝日・年末年始(12/29～1/3)

連絡先：080-2690-5719 (月・木曜のみ対応)

詳細案内：上記のQRコードを読み取ってご覧ください

運営：NPO 法人 食生活応援団ベジフルバスケット

* 「かのう子育て交流ひろば」は、宮崎市の委託事業です。



ホームページ QR コード

ベジフルバスケット

特定非営利活動法人 食生活応援団

～ 親子講座・イベントのお知らせ ～

令和 8 年	月（かのう）	火（あおしま）	水（あおしま）	木（かのう）	金（あおしま）
	2 日 子育て相談（9:30～11:00） ※おやこエクササイズ月 （11:00～11:30）②動きやすい服装で 助産師 米田智美	3 日 講演「イキル防災」 （10:45～11:30）	4 日 自由あそびの日	5 日 子育て相談日 （10:30～11:30） みやざき子育てセンター 成田あす香先生	6 日 ベジフル子育て相談日 （9:00～12:00）
	9 日 ベジフル栄養相談日 ～自由あそびの日～ *赤ちゃんの体重測定できます♪	10 日 モクモクひろば （9:30～11:30）	11 日 建国記念の日 ☆お休みです	12 日 歯あと！キッズ （10:00～11:00） 宮崎市健康支援課 歯科医師 歯科衛生士 ②持ち物：タオル・子ども用歯ブラシ	13 日 ベジフル栄養相談日 （9:00～12:00）
	16 日 わくわく♪音楽あそび （11:00～11:30） 保育士 渡辺由紀子	17 日（10:30～11:30） 講演「子どもの発達と メディア」	18 日 おおぞら子育て相談 （11:00～11:30）	19 日 ベジフル食育講座（試食） （11:00～11:30） 参加費 200 円 管理栄養士 出山幸恵	20 日 自由あそびの日
	23 日 天皇誕生日 ☆お休みです	24 日 自由あそびの日	25 日 自由あそびの日	26 日 ベジフル栄養相談日 ～自由あそびの日～ *赤ちゃんの体重測定できます♪	27 日 わくわく♪音楽あそび （11:00～11:30）
	2 日 0歳から楽しむ絵本講座 ～言葉のリズムを楽しもう♪～ （11:00～11:30） 学校図書館司書 中竹絵美	3 日 0歳から楽しむ絵本講座 （11:00～11:30）	4 日 自由あそびの日	5 日 ギュッとハグして♡ 親子でヨガを楽しもう♪ （11:00～11:30） ヨガ講師 外林春世	6 日 ベジフル栄養相談日 （9:00～12:00）
	9 日 モクモクひろば ～木のおもちゃで遊ぼう！～ （10:00～11:30） おもちゃコンサルタント 堤良子先生	10 日 自由あそびの日	11 日 みて！まいて！さわって！ 感じて遊ぼう！！ （9:30～11:30）	12 日 ベジフル食育講座（試食） （11:00～11:30） 参加費 200 円 管理栄養士 出山幸恵	13 日 自由あそびの日
	16 日 ベジフル栄養相談日 ～自由あそびの日～ *赤ちゃんの体重測定できます♪	17 日（10:45～11:30） 歯科衛生士さんに みてもらおう！	18 日 ベジフル食育講座 （11:00～11:30）	19 日 ベジフル栄養相談日 ～自由あそびの日～	20 日 春分の日 ☆お休みです
	23 日 わくわく♪音楽あそび （11:00～11:30） 保育士 渡辺由紀子	24 日 自由あそびの日	25 日 わくわく♪音楽あそび （11:00～11:30）	26 日 ベジフル栄養相談日 ～自由あそびの日～ *赤ちゃんの体重測定できます♪	27 日 ベジフル栄養相談日 （9:00～12:00）
	30 日 ベジフル栄養相談日 ～自由あそびの日～	31 日 自由あそびの日	※各講座・イベントは、すべて予約不要ですが、諸事情により 変更となる場合があります。ご了承ください。		

☆ひろばご利用の際は、感染症対策にご協力をお願いします