

★わが家のアイドル★



はちす ゆうき
蜂須 結輝くん (1歳10カ月・大山)

2つ年上のお姉ちゃん「結愛」と遊ぶのが大好きな結輝。笑顔いっぱい元気遊ぶ様子に癒され、日々の成長に驚かされるパパとママです。これからも元気に成長してね♥ (父：優人 母：愛)

今月の料理

いかとブロッコリーのマヨしょうゆ炒め
＜高血圧予防食＞



- ①イカ1杯(200g)は内臓を取り除き、胴は7～8mm幅の輪切り、足は長さを半分にして食べやすい大きさに切り分ける。
- ②ブロッコリー1/2個(100g)は小房に分ける。
- ③フライパンにサラダ油大さじ1/2を熱し、②を入れて1分ほど炒め、酒大さじ1を振り、ブロッコリーの緑色が鮮やかになったら①を加える。イカが白っぽくなってきたら、しょうゆ大さじ1/2とマヨネーズ大さじ2を加えて絡め、火を止める。 <4人分>

〈1人分〉
エネルギー=114kcal
タンパク質=10.4g
脂質=6.75g
カルシウム=18mg
食塩相当量=0.8g



(食生活改善推進協議会)

●今年度から市内幼稚園・保育園等が交替でこのコーナーを担当しています。



子育てアドバイス



言葉の習得

最近よく耳にするのは、言葉がなかなか出ない子どもが多いということ。「1歳半を過ぎても『あっ』しか言わないのですが、どうしてでしょうか?」という電話相談もあります。

近年、携帯電話等の活用が盛んになり、さまざまな育児情報が飛び交い、迷うことが多くなっています。また、家族で会話する時間が非常に少なくなり、子どもたちの言葉力の低迷を感じます。

1歳前後の子どもは、特定の状況や対象物に対して、「ワンワン」など言葉で反応し始めます。発見した物、知りたい物を指さし、大人に認めてもらって物の名前を教えるもらおうといった、コミュニケーションの手段として大切な意味があります。散歩で出会った花やアリ、そして動物に興味を惹かれて、さわってみたり、そっと近づいてみたり、

子どもにとっては、すべてが発見であり、体験となつて自身の中に根付き始めます。目で捉えた物を「あっあっ」と指さし、大人に言葉に換えてもらうことで、物と言葉が一致し、確かなものとなつて子どもの心の中に位置づけられていきます。

絵本を読んでいるときも、聞いたことのある言葉に出会うと、耳を澄まして聞き、知っているものが出てくると指をさして大人の顔を見たりします。「○○ね」と言葉にして受け止めてあげると、言葉への関心がさらに高まります。

子どもたちの生活の中にイメージする楽しさのきっかけを作り、「指さし」や「まねっこ」を大切に受け止めてあげましょう。

こばと保育園

平成28年2月1日発行

●発行所/〒306-0291 茨城県古河市下大野224-8 古河市役所 02880(92)3111
●編集/秘書広報課 ●ホームページ/ <http://www.city.haraki.koga.jp/>