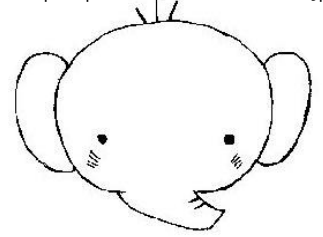


パオパオつうしん

2013年 9月号

発行:NPO 法人 ながつたパオパオハウス
 横浜市 親と子のつどいの広場事業
 「ながつたパオパオ」
 〒226-0027 横浜市緑区長津田 7-3-18
 TEL&FAX:045-532-6125
 ホームページ:http://paopao.or.jp
 ブログ:http://nagapaopao.exblog.jp/
 メール:nagatsutapaopao@smile.email.ne.jp



9月のイベントカレンダー

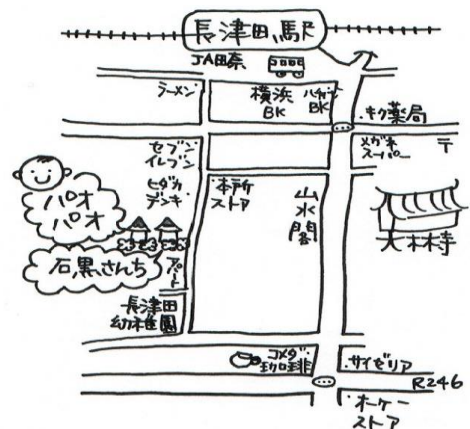
| MON | TUE | WED | THU | FRI | SAT |
|-----------------------|-----|--------------------------------|-----|---------------|---------------------------------|
| 2 おやつ販売の日 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 11:00~ うたあそび |
| 9 | 10 | 11 10:30~ 離乳食の おはなし | 12 | 13 | 14 |
| 16 敬老の日 パオパオお休み | 17 | 18 11:00~ わらべうた | 19 | 20 パオパオお休み | 21 パオパオバザー ひろば お休み |
| 23 秋分の日 パオパオお休み | 24 | 25 10:10~ 保育コンサル ジュさんのお話 | 26 | 27 | 28 |
| 30 お誕生会 | | | | | |

- ※ 11日の離乳食のおはなしは、調理師さんに毎日の生活の中で役立つ離乳食のアイデア、レシピなどをうかがいます。
- ※ 25日の保育コンサルジュさんのお話は、最初に保育サービスについてのミニ講座。(ミニ講座については、前回と重複する部分もあります。)終了後、約15分の個別相談となります。

ながつたパオパオ ご利用案内

開館日時：月～土の10時～4時（12時～1時はランチタイム）
 対象者：未就学児（おもに0～3歳）とその保護者
 利用料金：1回 200円、プレママ100円（どちらも初回は無料） 会員（入会金500円）は月パスポート（1500円1カ月有効）購入可
 休館日：毎月第3金曜日、日曜祭日、他お休みあり。

※ゴミは各自お持ち帰りください。
 ※必要に応じて昼食・おやつはお持ちください。電子レンジ、お湯は用意してあります。



離乳食座談会

パオパオ編集ボランティアのある一日です。トークに花が咲きました♪

メンバーの名前の頭文字と子どもの8月20日現在の年齢↓

伊：3歳7か月(♀) 佐：3歳9か月(♂) 下：2歳8か月(♀)

山：3歳4か月(♀) 吉：2歳11か月(♀)と10か月(♂)

佐：「離乳食でよく食べたものってなに？」テッパンメニューとかテッパン食材とかあった？うちはね、うどんとトマトがテッパン！
下：にんじんペースト。おかゆにませたりも。おとうふは今でもよく食べる！吉：クリームコーン缶を使った料理でスープ・グラタン・パスタとか大好き。あと二人ともブドウが大好き「もっともっと」とアピールがすごかった。山：あ！うちも果物だいすきだったよ、特にバナナ。あとはパン。食パンを一口サイズに切ってお弁当箱に入れていくと、外食が楽しんだ。この頃は、なんでもよく食べていたなあ。懐かしい〜〜伊：うちはあまり食べなくて。おかゆは比較的食べてたかな。ミルクが大好きだったからお粥をミルクで溶いたり、おかゆはおコメよりパン粥のほうが完食してた。濃い味が好きみたいで味をつけると比較的よく食べたかな・・・

伊：「みんなは食べない時や食べない食材はどうしていた？」私は全然工夫してなかった・・・。

下：食べない時はあきらめて食事を終わりにしてた(^^;)無理やり食べさせてそれでも食べてくれないと自分が凹むから・・・。食べない食材は、かつおぶしをまぶしたり、味付けを濃くしたり。気分が変わるようにお皿変えたり。ベビーフードにもかなりお世話になった。伊：そういえばうちもご飯はまるい一口サイズのおにぎりにして細かくしたかつおぶしと海苔をまぶすとよく食べてた。食べないと凹むよね・・・。佐：卵焼きにしたよ。溶き卵の段階で、茹でたブロッコリーとかピーマンとか葉物野菜をみじん切りにして入れて。卵焼きは味が付いているから好きで、細かい緑も気にせず食べてた。シメシメ。吉：うちは味より食感が原因だったみたいで、ほうれん草・小松菜とかの葉野菜やネギ類は牛乳や豆乳とミキサーにかけてスープとかパンにしたら喜んで食べた。ゴーヤとかピーマンとかみたいな苦いものもミキサーにかけてマフィンとかパンケーキにして、少し甘くしたら食べたよ。山：うちもポタージュとかミルク味のスープにしたり、細かくしてお好み焼きとかホットケーキにませたよ。

山：ねえ、「生ものや揚げ物、そばはいつからあげた？」結構みんな気になるみたい。伊：うちはマグロ・イクラが大好きで2歳過ぎ頃から食べてる気がする。吉：うちもイクラは2歳頃にあげて、お刺身はまだ。揚げ物は保育園の給食で出るから1歳前くらいにあげた。佐：お刺身は3歳半頃、親のネギトロ丼を一口。マグロやイクラは興味ないみたいで食卓にあってもまだ食べない。下：生ものは、2歳8か月過ぎてるけどまだ怖くてあげてない。山：うちも3歳4か月だけど刺身はまだ、いくらはたぶん1歳8か月のお正月に勝手に食べていたような・・・。揚げ物は9~10か月頃。最初はカジキまぐろのから揚げ。あとは、野菜のてんぷらとか、ジャガイモ揚げてポテトにしたり。佐：うちも1歳頃、マグロの竜田揚げとか。その頃にはマックのポテト(塩なし)も少しあげてたかな...下：揚げ物は1歳半くらいから、から揚げとか食べさせてたかな・・・。おそばは、たぶん1歳半過ぎかと思う。佐：そばは2歳半頃。それまで他の食物アレルギーもなかったから、なんとなくそろそろいいかな~と思って。山：そばは確か、1歳8か月の年末。年越しそばと一緒に食べたくて、病院がいている時期に試して問題なかったから、年末も一緒に食べた。今は、そば大好き。吉：私も年越しそばがきっかけ。そばは食べる機会も少なかったから、2歳4か月の時年越しそばで初めて食べさせた。伊：うちは初めてちよこっと口に入れたのは2歳過ぎころかな？好きでないのか本格的には今でも食べないけど。

伊：前からいろいろ食べないんだよね。こんなで大丈夫かな？山：うちはね、今の方が好みははっきりしているよ。好みというより気分？で食べムラがあったりと、離乳食の頃は食に困ることはなかったけど今の方が悩ましい感じ(^^)だから、本当に離乳食期に食べても食べなくても、子どもって1年後？数か月後？には全然違ってて、元気に育っていればそんなに気にすることないかな~下：うん、食べムラは今でもあるから、離乳食スタートしてからずっと食に関しては何かしら悩みがあるかも。でも大人だって食べたくない日があるから子どももたくさん食べる日もあれば食べない日があって当然だよな...と考えるようにしてる。伊：そうか。食べても食べなくても、みんな育っているもんね。あげる時期もみんなそれぞれだよ。吉：兄弟でもまた全く違ったりするし。

伊：離乳食もこれからもあまり悩みすぎず進めていけばいいのかな。佐下山吉：そうだね~。こうやってみんなで座談会したりで情報交換もいいよね~。

私のおすすめ

そうすけママおすすめ！

音の出る絵本

絵本を開いてボタンを押すと歌声やメロディーが流れる絵本、皆さんも手に取って見たことはありますか？かわいい童謡や手あそび歌が流れてきて楽しいですし、子どもは興味深々！はじめての絵本としてもオススメですよ♪だんだん遊び方が激しくなって、かじったり破いたり...ボロボロの半壊状態になっても音楽に合わせて上手に踊ったり歌ったりできるようになって、赤ちゃんの頃とは違った楽しみもあり長く楽しめます♪いつまでも愛着をもってくれるのは嬉しいことです(^)



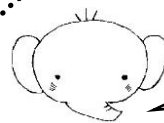
←ななちゃんとおうたうらうらう

(定価：1155円)

→あそびうたえほん

(定価：1780円)

他にも様々なシリーズがありますよ♪



パオパオからのお知らせ

21日(土)は、パオパオでバザーをします。
時間は、10:00~15:00です。
ひろばはお休みになります。この週はお休みが多くなってしまってます(・_・;)、ごめんなさい！！



編集後記

特集テーマの離乳食。つい最近のことなのに、かなり前のことのように思えます。ミーティング中も「どうしていたっけ?」「そうだった!」と意外と忘れていたことも。あんなに悩んでいたのにね(^^)(ことはママ)