

# 子育て包括支援センターだより

令和8年2月号



編集発行

地域子育て支援センター大宝東  
地域子育て支援センター治田東  
地域子育て支援センター金勝



## 子育てについて気軽に話してみませんか？

子育て支援センターでは、育児、子どもの発達や健康、遊び、仲間づくりなど子育てについての相談を受け付けています。「子育てについて話を聞いてほしいな」「困ったな」と思ったときは、気軽に相談してくださいね。一緒に話をしましょう。

### 子育て支援センターで相談を受け付けています

【相談場所】

地域子育て支援センター大宝東	月～土曜日	10:00～17:00	TEL077-551-2370
地域子育て支援センター治田東	月～土曜日	9:00～17:00	TEL077-554-6115
地域子育て支援センター金勝	火～金曜日	10:30～17:00	TEL077-558-3527



※子育て相談は、開館から16時まで受け付けています。(土曜日を除く)  
※子育て相談員が不在の場合もあります。(電話等で事前予約をすることもできます)  
※相談は子育て全般、必要に応じて専門機関を紹介します。秘密は厳守します。

各児童館では、巡回相談を行っています。日程は児童館だよりに掲載しています。(児童館だよりは、栗東市のホームページ、栗東市子育てアプリくりなびでもご確認いただけます)

## もうすぐ節分！

小さなお子さんと一緒に豆まきを楽しむには、通常の大豆は飲み込む危険性があるため、紙のボールなど大き目のものを豆に見立てて豆まきをしましょう。「おには～そと、ふくは～うち」と声をだすだけでも赤ちゃんにとって楽しい刺激になります。

節分にちなんで、鬼の絵本を読んでもいいですね。おにのパンツの絵本は歌に合わせてお話が進んでいくので、小さなお子さんでも読みやすいです。



### ♪まめまきのうた

**おにはそと ふくはうち**  
(まめをまくふりをします)

**ぱらぱらぱらぱら まめのおと**  
(手をきらきらさせます)

**おにはこっそり にげていく**  
(指を頭にあてます) 歌ってみてね

## こんな相談がありました…

同じものばかり  
食べるようになった(2歳)

前に食べていたものを  
食べなくなった(1歳)

- ・8か月頃から、味覚が発達し食べムラがでてくる場合があります。
- ・おやつやミルク等で、お腹が満たされている場合もあるため、空腹時に離乳食を与えられるよう、前の授乳や食事から3時間程度あけるようにしましょう。
- ・同じ味に飽きたのかもしれませんが、味噌や醤油を香りづけ程度に加えて、味に変化をもたせてみましょう。(塩や薄口醤油は塩分濃度が濃いため、控えましょう)
- ・少しでも食べることができたら、たくさん褒めてあげましょう。



# イベント情報

## 子育て講座

### フォト教室～子どもの写真の撮り方～

～子どものかわいい瞬間を撮るコツを  
学びませんか～

日時：2月4日(水) 10:30～11:30  
10:20～受付

場所：大宝西児童館

講師：フォトグラファー 長岡 由美 さん

対象：市内在住の未就園児と保護者

定員：15組

参加費：無料

持ち物：スマートフォン、筆記用具

申込み：1月20日(火) から受付  
13:00～17:00

## 子育て講座

### 離乳食講座

日時：3月4日(水) 10:30～11:30  
10:20～受付

場所：治田児童館

講師：管理栄養士 谷 絵理奈 さん

対象：市内在住の3～10ヶ月の未就園児と保護者

定員：15組

参加費：無料

申込み：2月17日(火) から受付  
13:00～17:00



### イベント共通申込み・問合せ

地域子育て支援センター大宝東  
TEL 077-551-2370  
FAX 077-551-2330

## つどい

### ママ・パパのおしゃべり会

～子育てについて気軽におしゃべりしませんか～

日時：2月26日(木) 10:30～11:30  
10:20～受付

場所：地域子育て支援センター大宝東  
交流スペース

対象：市内在住の未就園児と保護者  
(1歳のお誕生日を迎えるまで)

定員：8組

参加費：無料

申込み：2月3日(火) から受付  
13:00～17:00



## ★お知らせ★

※申込みは電話・来館で先着順受付(土曜日を除く開館日)  
当日申込みは不可 1回の受付につき1組分のみ  
※飲料の持ち込みはお茶か水のみ  
※講座開催当日、午前7時に暴風警報・特別警報が発表された場合は、中止。  
※子育て支援事業の親子活動の様子を、栗東市の子育て支援広報活動を目的とし、HPやSNS等インターネット上に広く掲載させていただく場合があります。職員が写真や動画を撮影させていただきます。ご了承ください。掲載にあたりご不明な点や相談がございましたらお知らせください。

## ～子育て講座より～



「乳幼児期の食育」についての講座を開催しました。子どもの食事に関するポイントを、テーマに分けて教えていただきました。一部を紹介します。子育て講座の資料は、各センター・各児童館に置いてありますのでご覧ください。

### 偏食とのつきあい方

- ・嫌だからとその食品を遠ざけず、多くの食経験をしましょう。一度ダメでもゆっくりと時間をかけて、回数を重ねましょう。

### おやつとの与え方

- ・時間、量を決めましょう。おやつは三食の食事では補いきれない栄養素を満たす「第四の食事」ととらえ、甘いものではなく軽い食事という考え方をしましょう。

### よく噛んで食べるための工夫

- ・食材を少し大きめに切りましょう。
- ・根菜、乾物、こんにゃくなど、噛み応えのある食材を選ぶようにしましょう。