広報

市役所 面 042-464-1311 代表 (平日午前8時30分~午後5時)

●発行/西東京市 ●編集/秘書広報課 -●配布/シルバー人材センタ-**☎ 042-428-0787** (不配のお問い合わせなど)

詳細はホームページで 西東京市Web 検索

No. 512

引き続き、大切な人を守る行動を心掛けましょう



離乳食 どう始めたらいいの?

家の中で子どもと どう接したらいいの?

もうすぐ赤ちゃんが 生まれるけど、不安…

子育てで不安なことなど、

地域子育で支援センターにご相談ください



€ 電話での相談も受け付けています

保育園の栄養士・看護師・ 保育士とお話ししませんか

地域子育て支援センター(各保育園内)

西東京市立保育園 5 園で地域子育て支援センターを開設 しています。

時平日午前9時30分~午後4時30分

A センター「すみよし」 m 042-421-8146

B センター「けやき」 m 042-464-3823

D センター「なかまち」 盒 042-422-4880



С

予約制

親子で遊べる部屋(ひろば)を開放しています

安心してお越しいた だけるように、さまざ まな感染症対策を行っ ています。







□予約方法 事前に、センターに電話をしてください。 ※詳細は各センターの冊をご覧ください。



- ●同じぐらいの年齢のお友達と会えてう れしかった。
- ●先輩ママから「○○を使うといいよ」な どのアドバイスをもらえた。
- ●栄養士さんや看護師さんに 気軽に相談できて心強い。



離乳食の作り方や遊び動画などを複数配信しています。 ぜひご覧ください。

西東京市 地域子育て支援センター動画集

検索



動画集は こちらから

離乳食の作り方

色に



赤ちゃんの手の洗い方



簡単おやつの作り方



人形劇



円頃のセンターご利用者からの何気ない疑問・相談をQ&A形式でご紹介しています。 市冊でご覧いただけます。

詳しいことが聞きたい方は、お近くのセンターへお問い合わせください。



0・1・2歳の 子育てQ&A

Q1 離乳食を食べてくれない…

嫌がるときは無理強いせずに、味や **A1** 硬さを工夫したり、「おいしいね」など 声を掛けてあげましょう。食べること が楽しみになるよ

> うに、気長に一歩 一歩進めてあげて ください。

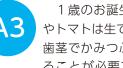


人見知りが激しいのですが、 Q2 いつごろ終わりますか?

人見知りは、記憶力が育ってきた証 拠でもあり、生後6カ月ごろに始まり、 9カ月ごろに激しくなるお子さんが多 いようです。無理に知らない人になじ ませる必要はなく、成長とともに安心 して人と接することができるようにな るとおさまってきます。

Q3

生野菜やお刺し身はいつ頃から 食べさせていいの?



1歳のお誕生日の頃から、きゅうり やトマトは生でも食べられます。ただし、 歯茎でかみつぶせる硬さや大きさにす ることが必要です。子ど

もは消化器官が未熟なの で、お刺し身は3歳まで は控えた方がよいです。

