



## 12か月になりましたね

お子さんの1歳のお誕生日おめでとうございます。

たくさんハイハイしたり歩いたりすることで筋肉が育ち、運動バランスがついてきます。お布団で作ったお山や、でこぼこ道などいろいろなところで遊ばせましょう。事故予防には気を付けてくださいね。

食事に関して、遊び食べや食ベムラなど集中力が切れてきた様子があれば、時間を決めて「もうおしまいね」と切り上げましょう。足りない分はおやつのお時間におにぎりなどで補うとよいですね。スプーンやコップなどにも少しずつチャレンジしながら、自分で食べる意欲を大切にしてください。また、ママは特に育休が終わり職場復帰する方も多いでしょう。離乳や卒乳はいかがでしょうか。焦らなくてもよいのですが、もし不安があれば園の先生に事前に相談しておきましょう。

この1年間、いろいろなことがありましたね。立派にお子さんを育ててこられたパパ・ママも頑張りましたね。今後も、お子さんやパパ・ママが「いい顔」で過ごしていけるようサポートしますので、こども・子育てイーカオ相談 ([http://nagasaki.city-hc.jp/open\\_announcement/pregnancy/aNQMQdsBgBQvWla5](http://nagasaki.city-hc.jp/open_announcement/pregnancy/aNQMQdsBgBQvWla5)) をいつでもご利用ください。

