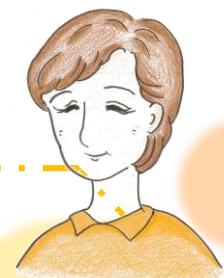


月	火	水	木	金	土	日
9日「木にふれあおう」さくらのある風景 15日「木にふれあおう」木のおもちゃであそぼう 16日「パパとあそぼう」ミニ運動会 17日「造形あそび」まんかい桜の木工作				1	2	3
4	5 大きくなったかな? 身体測定・育児相談 11:00~ 春のおひるねアート	6 やさしい太極拳 &ストレッチ	7	8	9 木にふれあおう 11:00~	10
11 やさしい太極拳 &ストレッチ ☆プレイセンター	12 大きくなったかな? 身体測定・育児相談 11:00~ 春のおひるねアート	13 ふたごちゃん あつまれ 10:30~	14 休園日	15 木にふれあおう 10:30~ 今日はベにっこ ひろばの日※	16 パパとあそぼう 11:00~	17 造形あそび 11:00~
18 Dr. まーしー 11:00~ ☆プレイセンター	19 大きくなったかな? 身体測定・育児相談 11:00~ 春のおひるねアート	20	21 ☆ベにスポ	22 今日はベにっこ ひろばの日※	23	24
25 ☆プレイセンター	26 大きくなったかな? 身体測定・育児相談 11:00~ 春のおひるねアート	27 ふたごちゃん あつまれ 10:30~	28 ☆ベにスポ	29	30	☆印の講座は 会員制です。 ※育児サークルの 活動を体験する ことができます

酒井のおばちゃん  
助産師の酒井さん



## 安心して母乳育児を続けるために ＜乳房トラブルの予防と対応について＞

- \*赤ちゃんが飲みやすい、柔らかい乳頭にします。  
親指・人差し指・中指の腹で5分位優しく、乳頭をマツサージし、耳たぶ位の柔らかさにします  
・乳管口（15～20ヶあり）が詰まっていないか、軽く絞って確認。  
・乳頭に傷が無いかの確認。  
赤ちゃんは舌と上板で乳頭を挟んで吸いますが、しっかり乳頭が舌の上に載ってなく、浅飲みや引っ張り飲みは、乳頭の負担が大きく、切れてしまいます。乳頭と赤ちゃんの口の高さが平行になるように抱っこして、乳輪部までしっかりくわえさせて下さい。乳頭が切れると痛みのため授乳が困難になります。（吸う力をお母さんの指で確認してみる、）
- \*乳房も指の腹で全体を優しく触り、しこりが無いか確認しましょう。  
しこりは乳房外側の上部に出来易くなるので、しこりの部分に赤ちゃんの顎が来るように、授乳姿勢を調整してみましよう。母乳はお母さんが食べた物が血液になり、血液から母乳が作られます。授乳中のお母さんの食事を昔からの日本食にしてみると、質の良い美味しいお乳になり、赤ちゃんも喜んで飲んでくれるようになります。その頻回授乳により、詰まりやしこりが軽減出来ます。
- \*しこりや乳頭の傷が酷く、痛みが強い時は専門家に診てもらって下さい。

※今回は卒乳についてのお話です※

### 身体測定と育児相談

身長と体重を測定します。  
助産師 酒井のおばちゃん  
育児相談もあります。  
毎週火曜日、11時から  
行っています。

## 親子あそび塾って?

「親子あそび塾」は10分程度の時間、親子一緒に過ごす楽しい遊びの時間です。遊びに来てくれているお子さんに合わせてスタッフが内容を考えます。よちよちコーナーで読み聞かせやふれあい遊びを楽しむ他、大ホールで体を動かしたり、ほのぼののふぁーむで畑作業を一緒にすることも。お知らせのアナウンスが合図です！ぜひ参加してね！



## ひなまつりお茶会

3月3日ひなまつりお茶会を開催しました。初めて見る抹茶茶碗や茶筌に興味津々☆ベにっこひろばのお茶の先生に作法を教してもらいながら自分で立てたお茶とお菓子をいただきました。



## 森に親しむ学習会 メモリアルフレームを作ろう

山形市森林整備課の方に協力いただき、メモリアルフレームを作成しました。子ども達にたくさん木にふれてもらい良さを教えてほしい！と、このイベントが開催されました。さくらんぼの形の木のプレートに、みんなのかわいい手をぺたり。パーニング



グペンで記念の文字も書きました。それぞれに素敵な作品ができあがりましたよ。

感染症予防のため  
体調のすぐれない方の  
入園はご遠慮ください。

PC やスマートフォンからでも、イベント情報をチェックすることができます。「ベにっこブログ(すくすくネット内)」 「いこーよ」で検索※右側のQRコードからアクセス!

いこーよ      ベにっこブログ



山形市児童遊戯施設  
住所: 〒990-0815 山形市樋越22番地  
電話: 023-674-0220  
FAX: 023-674-0221  
一般者向けPCのアドレス  
[yamagata.benikko@ikuji-land.jp](http://yamagata.benikko@ikuji-land.jp)

休園日 毎月第2木曜日(祝日の場合は次の日)と1月1日  
開園時間 屋内 人数制限あり 最大100人程度 山形市在住の方のみ  
平日・土日祝日  
午前10:00～午後5:00  
屋外 春期 4～9月は午後6:00まで  
冬期 10～3月は午後4:00まで  
専用使用 午前10:00～午後10:00  
専用使用についての詳細はお問い合わせください。

