



2020年9月号 掲載



## 子育て支援室の「わくわく子育て」

### 「秋の味覚…ぶどう」



秋は美味しいものがたくさんありますよね。

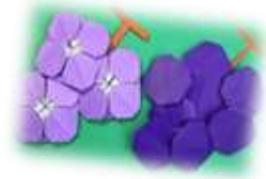
なかでも**ぶどうが大好き♡**という子どもさんも多いのでは？

粒の大きさや味、色もいろいろあり、好みも様々だと思います。

最近では皮ごと食べられるブドウもあるし、残った時には冷凍しても美味しく食べることができますよ。

ただ、ぶどうは糖分が多いので

食べすぎには気をつけてあげましょう。



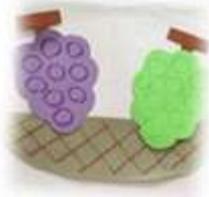
食べるだけでなく、親子で色紙をまるくちぎったり、ハサミで切って

貼ったり、折り紙で折ったりなど、親子で『ぶどう作り』はいかがですか？

できた『ぶどう』を飾ったり、

お店屋さんごっこをしたりして、

五感で秋を楽しんでくださいね。



😊子育てに関するご相談は、お気軽に子育て支援室をご利用ください😊

保健福祉課 窓口③番 ☎6682-9878・9880（子育て支援室）