



朝の寒さが身に染みる季節になってきました。インフルエンザや胃腸炎などが流行していますので、うがい・手洗いをしっかりしてウイルスに負けずに頑張ってください。



12月の予定



月	火	水	木	金	土
1 ★ベビーマッサージ&ヨガ・誕生会・個別の育児相談・クリスマス会 ☎予約受付9:00	2 栄養相談	3 作ってみよう 9:00~11:30 13:00~15:30	4 (サンタのリース)	5 	6 栄養相談
8★個別の育児相談 9:00~11:45 13:00~16:00	9 栄養相談 身長体重測定 9:00~11:30 13:00~15:00 	10 親子で遊ぼう 10:30~ 	11	12	13 栄養相談
15	16 ★ベビーマッサージ&ヨガ 10:30~	17 	18 栄養相談 ★クリスマス会 一部 10:00~ 二部 11:10~ 各 15組限定	19 おはなし会(図) 10:30~ 	20 栄養相談
22	23 栄養相談 ★誕生会 10:30~ 	24	25 身長体重測定 9:00~11:30 13:00~15:00 	26	27 栄養相談 ★14:30 閉館
29	30 12/29 ~1/3 年末年始休みの為閉館	31	子育て支援センター『そでがうらこども館』 利用時間：月～土 9時～12時：13時～16時15分 TEL：0438-62-2333 FAX：0438-64-3115 ＊日曜日・祝日、年末年始は休館 ＊対象：未就学児とその保護者（祖父母の方も利用可） ＊民家側の駐車スペースを利用する際は、前向き駐車にご協力ください。		

こども館の利用・予約について

- ＊各行事予約は、こども館利用登録者一家族が月に2つまで予約可能です。
- 未登録の方は事前に登録が必要です。
- ＊身長体重測定をする方は事前に登録をお願いします。（当日登録はご遠慮下さい）
- ＊予約は各個人で申し込んでください。
- ＊キャンセルする方は、早めに連絡をお願いします。
- ＊行事開始10分位前にはお越し下さい。
- ＊行事のある日の利用は予約者優先となります。
- 入り口から左手（大空保育園側）が予約者優先の駐車スペースとなります。
- ＊ランチタイムを希望する方は、弁当を持参して11時45分までに受付に申し込み、職員に声をかけてください。

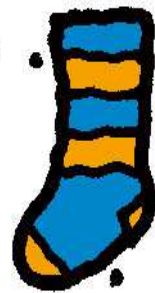
1月の予定 ★マークは予約が必要です。

- 1/1~1/3 閉館（年始休み）
- 1/5 10時30分 開館
- 1/7~9 作ってみよう
- 1/13・22 身長体重測定
- 1/14 親子で遊ぼう
- 1/16 お話し会
- ★1/20 ベビーマッサージ&ヨガ
- ★1/21 個別の育児相談
- ★1/27 誕生会



そでがうらこども館通信は、インターネットでもご覧いただくことができます。
右記のQRコードからご覧ください。





こども館クリスマス会のお知らせ

日時 12月18日(木) 予約制 各15組

☆一部：10時開始～10時30分頃終了予定
(一部の方は、9時30分に入館となります。)

☆二部：11時10分開始～11時40分頃終了予定
(二部の方は、10時50分に入館となります。)

*予約受付は12/1(月) 9時～

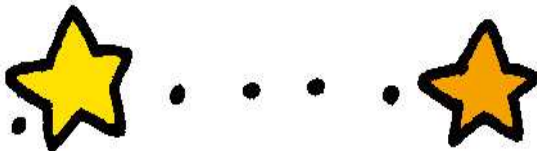
*当日は入れ替え制となります。

*当日の午前中は予約された方のみ入館可能となります。

*午後は通常通りです。

*当日のランチは中止とさせていただきます。

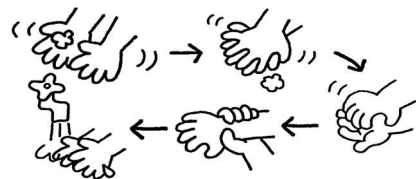
歌や色々な催し物を予定しています。



正しい手の洗い方



- ・細菌やウイルスが入りやすいのは「手」からだそうです。くしゃみや咳でも感染しますが物に触れた「手」で鼻や口を触ると簡単に感染します。
- ・赤ちゃんや小さい子には、大人が洗えていない部分を「ばい菌をやっつけようね」と話しかけながら一緒に手洗いをしましょう。寒い時期はぬるま湯で洗うのも良いです。赤ちゃんが「温かくて気持ちいい」と感じてくれれば、「手洗い＝気持ちいい」という感覚を育てることが出来ます。
- ・感染症対策にもなりますので、手洗いや手指消毒をこまめにしていきましょう。



栄養だより



1日の中でも朝夕と日中との気温差が大きくなってきました。暖房器具を使用することが多くなると空気が乾燥し、ウイルスが増えるのに恰好の条件になります。元気に冬を乗り切るために、規則正しい生活に心掛けましょう。ビタミンA、C、Eを含む緑黄色野菜や果物（ブロッコリー・人参・ほうれん草・春菊・玉ねぎ・れんこん・みかん・いちご・キウイフルーツ等）は、ウイルスに対する粘膜の免疫を高めます。また、たんぱく質を含む卵・魚・肉・大豆製品を組み合わせることで体力をつけましょう。

年末年始の利用時間について

12/27(土) 14時30分閉館
1/5(月) 10時30分開館となります。

*行事の予約は1/5(月) 9時から電話にて受け付けます。

