

～子育て家庭のみなさんへ～

県内では新規感染者がないかのニュースが気になる、その報告には、ホツと胸をなでおろす気持ちになる方もたくさんいらっしゃるかと思います。全国での感染伝播のこともありますので、年末年始も油断することなく、感染防止対策の継続をし、また元気にセンターでお会いしましょうね☆

さて、ある日のセンターの心温まる一場面をご紹介します。この日は、雪が降り、利用の親子はお二組。出会ったばかりの春には、まだ2ヶ月だったAちゃんは、すっかりハイハイが上達し、最近のお気に入りには、プーサークルでお電話もしもし♪サークルの外側から見守るママにかわいくお膝を立てて、喃語でお話中。向き合う姿から、「ママ大好きよ」にしか聞こえなかったくらいまっすぐにまっすぐにママしかみてない愛らしい眼。なんてかわいいおすがたでしょう。その向こうのベビーマットでは、最近4ヶ月になったばかりのM君がママがこれであそぼ！って用意してくれたおもちゃを通り越すかのオーラで、見つめる先はやっぱりママ！優しく微笑むママに向けて「ママほくすこいでしょ」とばかりに、手足を元気にばたつかせ、「ママほくママが大好きだよ」と伝えたくて伝えたくての気持ちがあふれんばかりのまっすぐなおめめ。こちらもまた、なんてかわいいおすがたでしょう。お二組共に、とてもとても幸福であたたかい光景で毎日の親御さんの愛情や頑張り、「その一生懸命で大丈夫よ」「その愛以心伝心よ」と心からの太鼓判！「この子たちはあなたのおかげでとっても幸せ」！小さな優しい命の輝き。あたたかな気持ちをわけていただきました。同じように、様々なご家庭できっと、幸福のコミュニケーションが繰り返されていますね。子どもさんの成長は進んでいくもの。赤ちゃんはもちろん、お子さんからの様々なパスをお見逃しなく♡♡

『おうち時間』みんなは何する？



ママごとコーナーのひとコマより

1月 いちい子育て支援センター 繋がる ～おたより～ 第10号

～簡単工作の紹介！～

☆スノードーム作り☆

〈用意するもの〉

空きびん・洗濯のり・水・中に入れる物

(人形やスノーパウダー等)

※100均でも手に入る材料ばかりです♪

〈作り方〉

- ① 瓶のフタに人形を接着剤でつける
- ② 瓶に水7:洗濯のり3の割合で入れる
- ③ スノーパウダーを入れる
- ④ フタに接着剤をつけて取れないようにする



【月齢の小さいお子さんへの注意】

※小さなパーツがお口に入るとは

あってはならないので、センターに飾ってあるのを見ていってね。

ペットボトルのフタで高さを工夫しています



～絵本の紹介～

『ゆきみちさんぽ』より



～歌ってみよう♪～

ゆき
ゆきや こんこ
あられや こんこ
ふつては ふつては
ずんずん つもる
やまも のはら
わたぼうし かぶる
かれきのこらす
はながさく

ゆきや こんこ
あられや こんこ
ふつても ふつても
まだふり やまめ
いぬは よろこび
にわ かけまわり
ねこは こたつで
まるくなる

～コロナ対策～

- ☆ マスク着用 ☆ 手洗い
 - ☆ 換気
 - ☆ ソーシャルディスタンス
- ホツとなごんで心の健康

☆保健師による保健コーナー☆

かぜやインフルエンザなどの感染症にかかると、熱やせきが出てつらいですね。でもどの症状も体が病原体と戦っている証拠で、よくなるためには必要なことです。それなら、正しい対処法を知り、少しでも楽に過ごせるようにしたいですね。

■かぜでつらいとき楽になるのはどっち？■

◆発熱しているときは？

- ① 汗を出すか熱が下がるので暖かくする
- ② 寒くない程度に涼しくする



熱を外に発散するため、寒くない程度に涼しくするのが正解。厚着、過剰な暖房は体力を下げ、回復が遅れます。でも、ゾクゾク寒気がある時には、暖かくし、ゆっくり休むようにしましょう。

正解:②

◆解熱剤で熱を下げるほうがいい？

- ① 熱が上がると危険。飲む方がいい
- ② 体の様子を見て、飲むかどうか決める

熱そのものが害になることは、ほとんどないです。解熱剤を使ったほうがいいのか、高熱が続くつらいとき、熱のため食欲もなく、眠れないときです。解熱剤で熱が下がっても、油断せず、ゆっくり休養しましょう。

正解:②

◆咳が出てつらいときは？

- ① 一度出ると止まらなくなるので我慢する
- ② 無理に止めず、環境を整える

せきは出るごとに体力を奪います。夜も眠れないと免疫力まで下がります。喉が乾燥すると出やすくなるので、部屋の湿度(60%以上)を保ち、飲み物で喉を潤しましょう。

正解:②

月1回 健康相談 9:00～11:00 実施

わからないことや悩んでいること等、どんなことでもOKです！

(詳しくはHPをご確認ください)