

杉の子

子育て支援センターだより

今年も残すところ1ヶ月となりました。一年を振り返るといろいろな思い出が浮かんでくるのではないのでしょうか？心身共に大きく成長し、毎日が発見の連続だったかと思います。『師走』は文字通り、何かと慌ただしくなりますが、そんな時こそゆったりとした時間をつくり、家族と思い出を語り合うのもいいですね。

コロナ禍での生活も3年目に入り、大分制限も解けてきていますが、引き続き感染予防に留意し、クリスマスや年末年始のイベントが楽しめると思います☆

それではちょっぴり気が早いのですが…皆さん良いお正月をお迎え下さい。

☆素晴らしい2023年になりますよーに☆

《ベビーマッサージ》

13日(火)・20日(火) 10:00~11:00

〈対象年齢〉3ヶ月～ (限定3組)

※28日より受け付けます。

〈持ち物〉 大判のバスタオル、水分補給に必要な物
*より多くの方に『アタッチメントベビーマッサージ』の良さを体験していただきたいと思っております。ゆったりとした雰囲気の中で行いますので、初めての方も安心してご参加下さい。

*今回参加できなかった方には、利用の際に簡単な説明をさせていただきます。資料と数回分のオイルを差し上げますので、興味のある方はお声がけください。

“21日は「冬至」”

一年で風がいちばん短く、夜がいちばん長い冬至。この日にゆず湯に入ったり、かぼちゃを食べると風邪を引かないと言われていて、日本の伝統を大切にしていきたいですね。園でも皆で冬至かぼちゃを食べます！

【栄養士相談】

15日(木) 15:00~16:00

普段悩んでいる食事のことなど(離乳食も含む)栄養士に相談してみませんか？当日の給食を参考にさせていただけるようサンプルとして用意しておきます。

※要予約：28日より受け付けます【限定3組】

今月は、園行事の『おたのしみ会』が予定されているため、中旬までクラス毎の練習や発表等でセンターをお休みさせていただきます。また、スペースが狭くなったり、音響や掛け声等響くかと思いますが、ご協力よろしくお願いします。

☆風邪予防・ひきはじめに☆「バランス色が予防の基本です」

風邪の予防には普段の食事が大切です。身体を健康に保つため、毎日たんぱく質(魚、肉、卵、豆類など)炭水化物(ご飯、パン、麺類など)ビタミン(野菜、果物など)をバランスよく摂るようにしましょう。

◎特にたんぱく質(体力をつけます)ビタミンA(粘膜を丈夫にします)ビタミンC(体の免疫力を高めます)

《ビタミンA》喉や鼻などの粘膜を保護する働きがあり、風邪を防ぎます。(レバー、うなぎ、モロヘイヤ、南瓜、人参などに含まれます)

《ビタミンC》体の免疫力を高める働きがあり、風邪予防をし、回復を早めます。(みかん、キウイ、柿、プロッコリー、じゃが芋、さつまいもなどに含まれています)

野菜はもちろん、旬の物を沢山食べ、
元気に過ごしましょう！！

12月の予定

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29 AM休み	30	1 AM休み	2 園行事のためお休み	3
4	5 園行事のためお休み	6	7	8	9	10
11	12	13 ベビーマッサージ	14	15 栄養士相談	16	17
18	19	20 ベビーマッサージ	21	22	23 園行事のためお休み	24
25	26 PM休み	27	28	29 年末・年始休み	30	31 5日まで

- ・身体測定・看護師相談、栄養士相談は随時対応となりますので、ご希望の方はお声がけ下さい。R4年度分の『成長の記録カード』を用意しております。
- ・イベントの申し込みは開所時間内となります。また、予約が埋まりましたらネットにてお知らせします。
- ・センターの予定が変わる場合がありますので、ご利用の際には『パパママ応援！元気すくすくネット』をご確認の上、あそびにいらしてください。
- ・急遽、臨時閉鎖になった場合でも育児相談等、開所時間内で対応させていただきます。

12月29日(木)～1月5日(木)まで
年末・年始休みになります。

【新型コロナウイルス感染症】 対応についてお願い！

下記のことについてご協力お願いいたします。

- ① 利用の際は、検温及び健康チェック(『健康チェック票』による)を行い、体調の悪い方、咳やくしゃみ・鼻水などの風邪症状がある方は、症状が落ち着くまで利用を控えてください。
 - ② 県外に行かれた方、PCR検査・抗原検査を受けられた方との接触があった場合は、1週間程様子を見てからご利用ください。
 - ③ 入退所時には、備え付けのアルコール消毒、または手洗いを行ってください。
 - ④ 利用受付時に氏名・住所・電話番号等連絡先・入退所時間を記入してください。
 - ⑤ 37.5℃以上の発熱があった場合は、解熱後24時間の経過観察をしてからご利用ください。
 - ⑥ センター内では、利用者同士との身体的距離(1m程度)をとった行動をお願いします。
 - ⑦ 随時、換気の方を行い、次亜塩素酸ナトリウム及びアルコールでの消毒を行います。
- ※引き続き健康管理に留意し、手洗い・うがい、マスクの着用など一人ひとりの心掛を大切に
ご理解とご協力をお願いいたします。

認定こども園 杉の子 「杉の子子育て支援センター」



山形市瀬波1-2-7

TEL023-681-8120

【開所時間】※未就園児対象です

午前：9:30~12:00

午後：13:30~16:00

※土日祝日は閉所となります

担当：樋口・長岡

宜しくお願い致します