

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。

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2024年になりますよーに☆

《ベビーマッサージ》

11日(月)・19日(火) 10:00~11:00

〈対象年齢〉3ヶ月～ (限定3組)

※27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。

【冬の健康講座】

13日(水) 10:00~30分程度

※ご予約：27日より受け付けます

【限定3組】

前回参加できなかった方のために再開致します。冬に流行する病気のことを知り、いざという時に備えましょう！

※参加できなかった方のために資料を用意しております。必要な方はお声がけください。

第2回

【感染症対策について】

- ・手洗いを済ませてから入室願います。また、アルコール消毒液は常時設置してありますので、ご自由にお使いください。
- ・体調の優れない時のご利用は、お控えください。
- ・職員は感染予防のため、引き続きマスクを使用させていただきます。

“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ます。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】

18日(月) 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。

※ご予約：27日より受け付けます【限定3組】

《おしらせ》

今月は、園行事の『発表会』が予定されているため、クラス毎の練習や発表等でPMのみの開所や終日お休みになる日があります。また、スペースが狭くなり、音響や掛け声等響くかと思いますが、ご理解よろしくお願います。

☆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、ブロッコリー、じゃが芋、さつまいもに含まれています)

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
26	27	28 AM休み	29	30 AM休み	1 園行事のためお休み	2
3	4	園行事のためAM休み		7	8 園行事のためお休み	9
10	11 ベビーマッサージ	12	13 冬の健康講座	14 PM休み	15	16
17	18 栄養士相談	19 ベビーマッサージ	20	21	22 園行事のためAM休み	23
24	25	26 PM休み	27	28	29 年末・年始 休み	30 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。R5年度分の『成長の記録カード』を用意しております。
 - ・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！元氣すくすくネット』をご確認の上、あそびにいらしてください。
- ※予約受け付けは、開所時間のみとさせていただきます。また、予約が埋まりましたらネットにてお知らせします。※園行事のためセンターがお休みになる日がありますが、イベントの申し込み・相談の電話は開所時間内で受け付けています。

★クリスマスに向けて★

親子で使える『サンタクロースやトナカイ』の三角帽子を作りませんか？赤ちゃんの分もつくれますので、11日～22日の間にあそびに来てください。

12月29日(金)～1月5日(金)まで
年末・年始休みにになります。

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、祝日は開所となります

担当：樋口・小笠原

宜しく願い致します