

平成31年
2月号

あいあい通信



佐呂間町子育て支援センター TEL 2-1255

節分が過ぎると立春。暦の上ではもう春ですが、寒い日が続いています。まだまだ春は遠いようです。インフルエンザなど感染症が流行る時期です。うがい・手洗いをしっかり行い、栄養と休息を充分とり風邪の予防に心がけましょう。また、寒いからと厚着にならず、衣服の調節をこまめに行ってくださいね。



『お話あいあい』のお知らせ

今月の「お話あいあい」は、読み聞かせサークル「じゃんけんぽん」の真如智子さんにお話をお聞きします。メディア（テレビやスマートフォンなど）が子どもの及ぼす影響や『読み聞かせ』の大切についてのお話です。



どうぞ、ご参加ください。対象者には案内ハガキを送付します。

◆日 時：2月6日（水）10:30～11:30

『赤ちゃん相談』のお知らせ



今回は、保健師・栄養士・助産師が来所します。子どもの発育や食事、産前産後のケア等育児全般について相談に応じますので、どうぞご利用ください。身長・体重の計測もできます。母子手帳をご持参ください。

「あいあい」は自由開放日ですので、相談・計測のない方もあそびに来てください。◆日 時 2月7日（木）10:00～11:30

お楽しみ会

「節分・ひな祭り」の「お楽しみ会」をそれぞれ年齢別の「あそびの広場」で行います。みんなで製作やゲームをしますので、あそびに来てくださいね。

★節分お楽しみ会…0・1歳児～クラス… 1月28日（月）
2歳児～クラス… 2月1日（金）



♥ひな祭りお楽しみ会…0・1歳児クラス…2月25日（月）
2歳児～クラス… 3月1日（金）



2月の事業予定

日	月	火	水	木	金	土
					1★ あそびの 広場 2歳～	2
3 	4 あそびの 広場 0・1歳	5 あそびの 広場 2歳～	6 お話 あいあい 読み聞かせ	7 赤ちゃん 相談	8 あそびの 広場 2歳～	9
10	11 建国 記念の日	12 あそびの 広場 2歳～	13	14 自由開放	15 あそびの 広場 2歳～	16
17 	18 あそびの 広場 0・1歳	19 あそびの 広場 2歳～	20	21 自由開放	22 あそびの 広場 2歳～	23
24	25♥ あそびの 広場 0・1歳	26 あそびの 広場 2歳～	27	28 自由開放		

***** 午後からの事業 *****
月・火・木・金 … 午後1:30～4:00 自由開放



おおきく
なあ～れ!

腸を整えて免疫力アップ…食物繊維

乳幼児は、腸管自体がまだ未熟で腹筋も弱く、便秘になりやすいようです。お菓子やインスタント食品など子どもが好む食品ばかりとると、便秘を誘発するうえ、長期化すると改善が難しくなります。食物繊維は便のかさを増やして、排便しやすくする効果があります。食物繊維の豊富な野菜や果物、芋類、豆類、きのこ類などを毎日の食事に登場させて積極的に食べるようにしましょう。腸内環境を整えることで免疫力をアップさせ、感染症を予防しましょう!