



# たけのこだより 1月号

『あけまして おめでとうございます！』

『本年も南三陸町子育て支援センター3施設をよろしくお願いいたします。』

穏やかな日差しがまぶしい年明けとなりました。皆さま、良いお年をお迎えのことと思います。地域・戸倉地区・歌津地区子育て支援センターでは、感染症対策も引きつづき行い、衛生的な環境で皆様のお越しを心からお待ちしております。遊びに来てくださいね！！

## 【1月の行事】

1/8（水）親子体操教室⑥ 10:30~11:30

講師先生の都合で延期になりました。今後、日程が決まりましたら、お知らせします。

1/15（水）誕生会・カレンダー作りの会

1月生まれのお誕生児さんを参加者皆さんとお祝いします。  
お誕生日カード・王冠のプレゼントがあります。  
親子でカレンダーを作ります。作業はとても簡単です！

1/20（月）栄養教室

管理栄養士の離乳食のレシピを実際の料理を味見しながら学びます。  
食材や大人の料理の使いまわしなど、話をしながら参加できます。

※場所は地域子育て支援センター・全行事の定員 10 組程度

※予約は電話予約も可能です：地域子育て支援センター（46-3042）

※1/23（木）ひまわり教室のため午前閉館。午後から利用可能です。



カレンダー作り



親子体操教室のベビーマッサージ



お誕生会



栄養教室

## 鼻水が長引くのは 病気のサイン!?

鼻は呼吸や病気の予防に役割を果たす大切な気管。気になる症状があったら、耳鼻科を受診しましょう！

鼻詰まりがあり、しきりに耳を触る



→急性中耳炎の疑い

かぜをひいていないのに、しょっちゅう鼻が詰まったり、鼻水が出たりしている



→アレルギー性鼻炎や副鼻腔炎などの疑い

いつも目やにや鼻水が出ている



→鼻涙管閉塞や結膜炎の疑い

## 【子どもは風の子、元気な子！】

だいぶ使い古された言葉ですが、何十年も言われ続けるってことは、信憑性があるのかもしれませんがね。

子どもたちの成長には、いろいろな「刺激」が大切なのですが、その一つに外気に触れることも含まれます。スウェーデンなどの北欧では、心肺機能の強化を目的に、極寒の中、赤ちゃんを、おくるみにしっかり包んでバギーに乗せ外気浴をさせ、冷たい空気に慣らすことを日課としている保育園があるくらいです。

冬の期間、室内ばかりではなく、天気の良い日は、お外に出て遊びませんか？子育て支援センターでの雪遊びも楽しいですよ！

是非、遊びに来てください。待ってま〜す！！





#### 【問合せ先】

・地域子育て支援センター  
☎46-3042

・戸倉地区子育て支援センター  
☎28-9366

・歌津地区子育て支援センター  
☎28-9656

・子育て支援係  
☎46-1402

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6 開放施設 地域・戸子	7 開放施設 地域・戸子	8 開放施設 地域 体操教室⑤ 延期	9 開放施設 地域・歌子	10 開放施設 地域・歌子 リユースデー	11
12	13 成人の日	14 開放施設 地域・戸子	15 開放施設 地域 お誕生会 カレンダー 作り	16 開放施設 地域・歌子	17 開放施設 地域・歌子 リユースデー	18
19	20 開放施設 地域 栄養教室	21 開放施設 地域・戸子	22 開放施設 地域	23 開放施設 地域 午前休館 午後開放	24 開放施設 地域・歌子 リユースデー	25
26	27 開放施設 地域・戸子	28 開放施設 地域・戸子	29 開放施設 地域	30 開放施設 地域・歌子	31 開放施設 地域・歌子 リユースデー	

#### ～お知らせ～

○地域子育て支援センターでは南三陸町に住所のある1歳6か月から就学前までのお子さんの「一時預かり事業」を実施しています。詳しい利用方法については、ご相談ください。

○「子育て相談」もお受けしております。電話相談・直接お会いしての相談を利用できます。一人で悩まず、ご連絡ください。（地域子育て支援センター ☎0226-46-3042）

○カレンダーに記載されている地域・戸子・歌子は、その日に開館されている施設です。