

1月の すくすく


西部子育て支援センター
(形原北保育園内)
TEL 57-8066

♪であい・ふれあい・ともだちいっぱい♪

新年あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願いします。
毎日寒い日が続いていますが、親子で楽しく過ごせるように色々と準備して待っていますので、支援センターに遊びに来てくださいね。



利用時間(9:30~15:30) おやすみ(土・日・祝日) 対象(0歳~入園前の子と保護者)

(随時、子育て相談を受け付けています。子育てコンシェルジュもいます。) 駐車場の利用注意 

月	火	水	木	金
5	6	7 わらべうた 11:00~	8	9 すくすくひろば (午前中)
12	13	14 形原北保育園参 観日(終日)	15	16
19 エプロンおばさん 10:50~ ミニ講座受付開始 「ママのためのリフレ ッシュストレッチ」	20	21	22	23
26 ミニ講座受付開始 「おひなさま作り」	27	28 ミニ講座 「豆まき遊び」 (午前中)	29 測定日 (身長・体重が測れ ます)	30 測定日 (身長・体重が測れ ます)

駐車場のお知らせ

○午前中、ひろば・講座参加の方で駐車場が混雑します。

午前中の駐車場利用はお控えください。

1/9(金)・1/28(水)

○終日、駐車場の利用はできません。

1/14(水)



今後の講座案内

2/18(水)ミニ講座

「ママのためのリフレッシュストレッチ」

申込 1/19(月)9時30分~

2/25(水)ミニ講座「おひなさま作り」

申込 1/26(月)9時30分~

プチ情報

わくわくコーナーにいろいろな車が
出動します。

たくさん走らせて遊ぼう。



寒い冬 元気に過ごそう!!

手洗い、うがいをしよう

感染予防として手洗い、うがいをしっかりしましょう。

うがいがうまくできない場合は、こまめに水分補給をしてのどを潤すことも有効です。

湿度を保つ

空気の乾燥はウイルスが活発化します。加湿器等を使って部屋の湿度を50~60%に保つようにしましょう。

栄養のある食事

栄養バランスの良い食事を心がけ、免疫力を高めましょう。

※子どもは体温調節が苦手です。

重ね着をして気温に合わせて

衣服を調節しましょう。

