



鯉ヶ沢町子育て支援センター  
「こうめちゃんルーム」

社会福祉法人みちのく会  
幼保連携型認定こども園舞戸保育所  
舞戸町字下富田29番地7  
☎:0173-72-2277  
子育て支援担当:保育教諭  
佐藤 彩花(さとう あやか)

**あけましておめでとうございます！**

冬休みは楽しめたでしょうか？年末年始は普段会えない家族や友人と会えて楽しく、ついついたくさん食べては夜更かしをしてしまうことで生活リズムが乱れがちになりますよね。生活リズムが乱れると大人も子どもも体調を崩したりしてしまうことがあるので、乱れた生活リズムを整えて風邪や流行病に負けず、元気に冬を過ごしましょう！

～今月の予定～

- 20日(金) 身体測定
- 25日(水) 読書 DAY  
※日本海拠点館現地集合
- 26日(木) 出張子育て支援(午後の部)
- 30日(月) 豆入れバッグを作ろう！



| * 1月 * |    |    |    |    |    |    |
|--------|----|----|----|----|----|----|
| 日      | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
| 1      | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  |
| 8      | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15     | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22     | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29     | 30 | 31 |    |    |    |    |

土日祝日はお休みとなります。

カレンダーの緑の日がこうめちゃんルームの活動日となりますのでぜひ遊びに来てくださいね♪

※新型コロナウイルス感染防止・行事等のため中止とさせていただきますことでもありますのでご確認をお願いします。

★**身体測定**

お子さんの身長と体重を測りませんか？もし、その日に行けない…という場合はお気軽に声をかけていただければ来ていただいた日にも測定できます♪手形・足形アート製作も行うので汚れても大丈夫な服装をお願いします。製作に必要なものはこちらで用意してあります。

★**読書 DAY (10:00~11:30)**

暖かい図書館に絵本を借りに行きませんか？お子さんの気に入る絵本を一緒に探してみましょう♪冬期間は予め、午前10時に現地集合とします。本を借りた際に入れる袋も忘れずをお願いします。

★**出張子育て支援**

午後の部、13:00から鯉ヶ沢町中央公民館の一階の講習室で出張子育て支援を行っています。公民館の方が近くてお越しになりやすい方はぜひ遊びに来てください♡

★**豆入れバッグを作ろう！**

2月3日は節分の日です。お子さんが投げた豆を拾って入れられるようにかわいいオニさんの豆入れのバッグを作りましょう♪製作ですので汚れても大丈夫な服装をお願いします。製作に必要なものはこちらで用意してあります。

※手形・足形アート製作や季節の製作物は LINE 公式アカウントにて実物をご紹介します。手形・足形をとったら持ち帰ってお家でお子さんと一緒に製作できるように製作キットにもしてあります。



**冬場に多い おう吐・下痢**

この時期、気をつけたいのが「**ウイルス性胃腸炎**」。  
ノロウイルス、ロタウイルスなどに感染すると、おう吐と水のようなひどい下痢が起こります。高熱はあまり出ませんが、おう吐や下痢で体内の水分が失われ、脱水症状になると危険です。何よりもまず水分補給を心がけ、安静にして過ごしましょう。

子ども用のイオン飲料や湯冷ましをこまめに



おしりはこすらずにお湯で洗い、タオルで軽く水分をふき取る

**3つの首を温めよう**

「かぜは首から引く」という言葉があるように、首、手首、足首が冷えると、体全体も冷え、かぜを引きやすくなります。首にはタートルネックのセーターやマフラー、手首には手袋、足首には厚手の靴下やレッグウォーマーを着用してしっかり保温し、血流をよくしましょう。一方で、かぜを引いて熱が上がりきった時は、この3カ所を冷やすと効果があります。



鯉ヶ沢町子育て支援センター  
「こうめちゃんルーム」

# 鯉ヶ沢町子育て支援センター こうめちゃんルーム



社会福祉法人みちのく会

幼保連携型認定こども園 舞戸保育所

舞戸町字下富田 29 番地 7

☎：0173-72-2277

子育て支援担当：保育教諭

佐藤 彩花（さとう あやか）

舞戸保育所では鯉ヶ沢町から委託を受け、子育て支援センター事業「こうめちゃんルーム」を行い、子育て親子の交流の場の提供と交流の促進、子育て等に関する相談・援助の実施、地域の子育て関連情報の提供、子育て及び子育て支援に関する講習等の実施等、地域の子育て支援機能の充実を図る取り組みを実施しています。

お子さんやお孫さんの遊び場所をお探しの方、遊び相手をお探しの方、成長の喜びや地域の子育て情報を共有できる子育て仲間を作りたい方、ぜひお子さんと一緒に遊びにいらしてみてください。歌ったり、遊んだり、製作をしたり、楽しいことをいっぱい見つけましょう。子どもたちが健やかに成長できるよう、お手伝いしていきたいと思っていますので、どうぞよろしくお願ひします。

●日程：週3日の活動を予定しています。

活動予定日は、LINE 公式アカウント(@koume\_room)・舞戸保育所ホームページ・子育て通信「こうめこころ」・お電話でのお問い合わせにてご確認ください。

・園で感染症等が流行している場合には延期または中止させていただくこともあります。

●時間：午前の部 8:30~11:30 午後の部 13:00~15:00

●場所：舞戸保育所 子育て支援室

●対象：子育て家庭の親子

●お申し込み：新型コロナ感染症拡大防止のため、当面の間は予約制とし利用人数を制限させていただきます。LINE 公式アカウント(@koume\_room)、お電話、または舞戸保育所ホームページのお問い合わせフォームにて事前にお申し込みください。ご不便をおかけしますがご理解とご協力をお願いします。

※利用料金はかかりません。

※お子さん用の飲み物・おしぼり・紙おむつやお着替え等を持って、時間までにお集まりください。

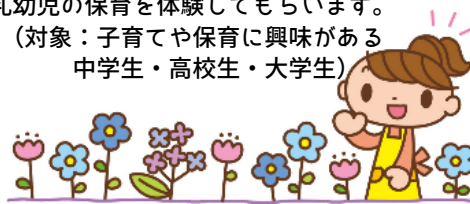
※駐車場は舞戸保育所園庭をご利用ください。

お問い合わせ  
フォームは  
こちら↓



## ●世代間交流●

学生ボランティアを受け入れ、乳幼児の保育を体験してもらいます。  
(対象：子育てや保育に興味がある中学生・高校生・大学生)



## ●こうめっこくらぶ●

お子さんのお遊びが中心の日  
園庭や園舎を開放します。  
広いホールや園庭でのびのび遊ぼう！  
いろいろなおもちゃを用意してお待ちしています。  
また、製作をしたり歌を歌ったり、親子でふれあい遊びをして楽しい時間を過ごしましょう。

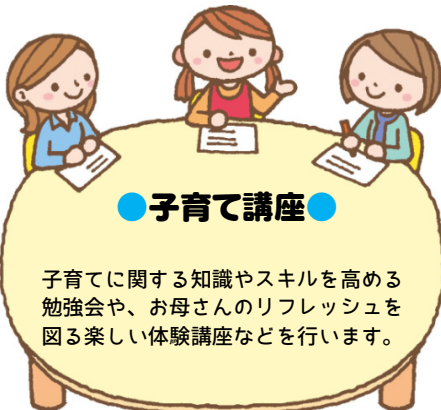
## ●まいサークル●

お母さん達の活動が中心の日  
子育てサークルを開催します。  
サークルの主役はお母さん方です。  
工作や手芸など、得意なこと・やってみたいことがあるお母さん、集まれ～！  
お母さんだけの参加も OK です！

## 鯉ヶ沢町子育て支援センター事業 ～活動内容～

## ●子育て講座●

子育てに関する知識やスキルを高める勉強会や、お母さんのリフレッシュを図る楽しい体験講座などを行います。



## ●読書 DAY●

(日本海拠点館の図書コーナーに  
絵本を見に行く日)

お散歩しながら日本海拠点館の図書コーナーへ行き絵本を楽しみませんか！  
※お知らせいただければ、天候に限らず日本海拠点館現地集合でも OK です！



## ●子育て相談●

子育てについて知りたいことや相談したいことに  
子育て支援担当者が答え、不安の解消を図ります。  
どんなことでもお気軽にご相談ください。

※事前にご予約をお願いします。

