

令和5年度 子育て通信

つばさ

〒037-0305 中泊町大字中里字紅葉坂 27-1
 中里こども園 子育て支援センター
 (0173) 57-2057 (FAX.兼)

2月3日は「節分」です！
 支援センターでも「豆まきごっこ」をします♪
 いろんな鬼を追い出して福を招きましょう！
 4日は「立春」暦上では春！本物の春も待ち遠しい
 ですね！
 今年は降雪が少なく、大人にとってはありがたい冬ですが、暖気と寒気が繰り返し、路面はツルツルの状態がよく見られます。
 冬道の運転には十分注意しましょうね！

コアラくらぶ

～お子さんのお遊びが中心の日～

- ★のびのびあそび
 お子さんの遊び場を探してる方、子育て仲間と交流したい方、遊びに来てみてね！パパはもちろん、おじいちゃん・おばあちゃんもお孫さんと是非♡
- ★豆まきごっこ
 小さい子でも楽しめる豆まきゲームをするよ！
- ★お誕生会 2月生まれのおともだちをみんなで祝いましょう。
- ★発育計測 保健師さんが来てくれます。母子手帳を持ってきてね

日にち	活動名	内容
2日(金)	コアラくらぶ	豆まきごっこ
6日(火)	コアラくらぶ	のびのびあそび
9日(金)	ピバサークル	足型アート
13日(火)	コアラくらぶ	のびのびあそび
16日(金)	ピバサークル	足型アート
20日(火)	コアラくらぶ	のびのびあそび お誕生会
23日(金)	天皇誕生日 お休み	
27日(火)	コアラくらぶ	のびのびあそび 発育計測

参加申し込みは 公式 LINE またはお電話で
 前日まで お願いします。
 キャンセルは当日の9時まででOKです。
 公式LINEはチャット(個別対応)もできるので、お問合せ、子育て相談にもご活用できます。是非友だち登録してみてくださいね！

ピバサークル

～お母さん方の活動が中心の日～

☆足型アートで成長記録
 かわいらしい おてて・アンヨを動物に見立てて成長記録作品を作りましょう！

これってOK？ 下痢のときの食事

下痢のときは、脱水状態にならないよう水分補給が大切。また、胃腸に負担の少ない食事をとりましょう。

○ お勧め

(加熱した)リンゴのすりおろし
 整腸作用があるので、すりおろしや搾り汁を。

おかゆ、おじや
 整腸作用があるので、症状が落ち着くまでは続けましょう。

やわらかく煮た野菜スープ
 消化がよくなり、水分補給にもなります。

整腸作用のある大根やキャベツがオススメです

× 避けた方がいい物

柑橘類
 腸を刺激して下痢を悪化させるので避けましょう。

パン、バター、チーズなど
 脂肪を多く含み、腸に負担をかけるのでNGです。

生野菜・繊維の多い野菜
 消化によくなく、下痢を悪化させるため避けましょう。

糖分濃度の高い物
 シロップなど

4月からお子さんの入園を予定している方へ

役場福祉課へ申し込みをした方には役場から【支給認定通知】が届きます。
 入園先の園からは【入園説明会の案内】が届く予定です。(中里こども園では2月24日に予定しています)
 お子さんの入園を控えている親御さんにとっては、新しい生活にワクワクする反面、いろいろと心配事も多いことと思います。当日もお答えできますが、入園にあたって不安なことなどがある方は、いつでもご連絡下さいね。