



〒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14日はバレンタインデーですね。  
 バレンタインといえばチョコレート。  
 チョコレートをいつ頃与えるのかなどは各家庭の方針で異なると思いますが、少なくとも消化器官が未発達段階の1歳半頃までは控えた方がよいと言われています。  
 チョコレートによる健康効果も広く見聞きしますが、食べすぎは厳禁です。また、チョコレートは歯にこびりつきやすいので、虫歯にも注意しましょう。



### 今年の節分は2月2日!?



2月3日は節分…ですが、今年のカレンダーを見て、あれ?と思った方もいると思います。そうなんです! 今年の節分は例年より1日早い2月2日。  
 1年は365日とされていますが、厳密にいうと365日と約6時間なんだそうです。そのズレを閏年で調整してもどうしてもズレが起きて、1日早まるんです♪  
 ぜひご家族で、1日早い節分を楽しみ、心の中の悪い鬼を退治してくださいね!!



日にち	活動名	内容
4日(火)	コアラくらぶ	のびのびあそび
7日(金)	ビバサークル	キラキラウォーターづくり
14日(金)	ビバサークル	キラキラウォーターづくり
18日(火)	コアラくらぶ	のびのびあそび
21日(金)	ビバサークル	キラキラウォーターづくり
25日(火)	コアラくらぶ	のびのびあそび お誕生会
28日(金)	ビバサークル	キラキラウォーターづくり

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。ぜひ友だち登録してみてください。



### 手作りおもちゃをつくらう!!

R-1ヨーグルト飲料の容器を使ってキラキラウォーターを作りましょう♪(容器はこちらで用意します!)  
 容器の中に洗濯糊やベビーオイルなどの液体を入れて、キラキラした装飾物やラメを入れるだけ!!  
 とても簡単なので、ぜひ一緒に作りましょう♪  
 キラキラしたものやカラフルなものが動くので、きっとお子さんも喜んでくれるはず♡



### 公式LINEでお気軽に♪

公式LINEでは、個別対応が可能です。参加申し込み以外にも、子育てのお悩みやちょっとした相談事など、お気軽にご利用ください。ぜひ友だち登録をお願いします。また、子育て通信「つばさ」は、ベル、マエダストア中泊店、図書館、役場に設置していますので、そちらもご活用くださいね♪

## 油断できない かせ

かせは年齢が低いほど、中耳炎や気管支炎、肺炎などを起こしやすくなります。気管の弱いお子さんの場合は、のどがゼーゼーしたり、長引いたりする傾向があります。早めに診察を受けましょう。

**冬のかぜによくある特徴**

- せき・鼻水・のどの炎症・発熱 → 呼吸系にくるかせ
- 下痢・おう吐 → 消化系にくるかせ
- 両方の症状 → インフルエンザの疑い

### 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。

#### おう吐・下痢のケア



子ども用イオン飲料や湯冷ましを少しずつ、こまめに与える

おしりはこすらずにお湯で洗い、タオルで軽く押さえて水分をふき取る