

度会町子育て支援センター情報誌

わたっこ通信 12月号

令和7年11月17日発行

今年のカレンダーも最後の1枚になりました。
 楽しいクリスマスやお正月もすぐそこです。年末年始
 は、食事や睡眠などの生活習慣が乱れやすいので、体調を
 整えて子ども達と楽しいひと時を過ごしたいですね。



12月の行事予定




| | |
|---------|---------------------------------------|
| 12日 (金) | 遊・友・YOUくらぶ (ひよこ・うさぎ) 10:30~11:30 |
| 17日 (水) | わたっこBabyひろば 育児相談 (予約制) 10:30~11:30 |




12月の行事開催日について

12月は、放課後児童クラブが冬休みに施設を利用する関係で、
遊・友・YOUくらぶとわたっこBabyひろばを1週間倒して開催いたします。お間違えのないよう宜しくお願いいたします。



※子育てに関するご相談がありましたら、
お気軽にご相談下さい。

TEL 0596-63-0070 【秘密厳守】





12月22日は冬至 (とうじ) です



冬至とは、1年で太陽が出ている時間が最も短くなる日です。有名な風習として、ゆず湯があります。翌日から日長くなることから、運気が上がる日と考えられており、運を呼び込む前の厄払いとして、古来より魔除けの色とされていたゆずを入れたお風呂に入るようになったと言われています。また、香りの強いゆずは、邪気が起こらないという考えもあったようです。他にも、かぼちゃを食べる風習もあり、厳しい冬を乗り越えるために、栄養が豊富なかぼちゃを食べて、風邪を予防するという考えから冬至に食べる習慣が生まれたそうです。「無病息災」を願って、お子さんと冬至を過ごしてみてください。

わたっこBabyひろばについて

度会町在住の生後12か月までの赤ちゃんとおうちの方のための交流の場を開催しています。
 赤ちゃんとのふれあい遊び、簡単なおもちゃなどの製作、絵本や紙芝居の読み聞かせ、お母さん同士のおしゃべりタイム、ミニ子育て講話、保健師と管理栄養士による育児相談 (身長体重測定) など、内容が満載で親子同士でふれあったり癒しのひと時を過ごしています。

開催日時: 月1回 水曜日 10:30~11:30 場所: 子育て支援センター

持ち物: 飲み物、オムツなど必要なもの、生後5か月までの方は敷き物、母子手帳 (育児相談で必要)

申込み先: 子育て支援センター ☎63-0070 (日程、詳細についてはお問合せください)



遊・友・YOUくらぶについて

度会町在住の1歳児、2歳児のお子さんとおうちの方にお集まり頂き、親子で一緒に体を動かしたり、季節の行事を取り入れた遊びを行っています。親子同士、お友だち同士で笑顔になれる企画を実施中です。

開催日時: 月1回 木曜日 10:30~11:30 場所: 子育て支援センター

持ち物: 飲み物、オムツ交換が必要な方はオムツなど必要なもの

申込み先: 子育て支援センター ☎63-0070 (日程、詳細についてはお問合せください)



10月のわたっこ広場に遊びにきてくれたお友だちです



少しずつ涼しくなってきた、10月もたくさんのお友だちが遊びに来てくれておうちの方と子ども達の笑顔が見られました♡



0.1.2歳の肌は……

汗かき
大人より体温が高めなため、冬でも意外に汗をかいています。汗をかいたらすぐにふくか、ぬるめのシャワーで流しましょう。

生後3か月くらいまではホルモンの影響で皮脂が多く、それ以降は皮脂分泌が減ってかさかさになりがちです。

しっとりからかさかさに

刺激に弱い
バリア機能が未熟なため、汗や食べこぼしで荒れたり、おむつかぶれを起こしたりします。

室温や湿度を調整し、薄着とこまめなスキンケアで、お子さんの肌を守りましょう

ウイルス対策には 手洗い が大切です！

手洗いは簡単で確実なウイルス対策です。
手を洗う前に手に付いたウイルスを100万個として見ていくと……

- 1 流水でよく洗う
- 2 泡立てた石けんで手をもみ洗いする
- 3 しっかりすすいで、清潔なタオルでふく

流水で15秒手を洗うだけで、手に残るウイルスの数は約1万個になります。

普通のハンドソープや石けんをよく泡立てて、両手をもみ合わせて洗います。除菌ソープなどでなくても大丈夫。

最後は流水でしっかりすすぎます。

「30秒の洗い+流水すすぎ」でウイルスは数百個、「10秒の洗い+流水すすぎ」を2回繰り返すと、なんと数個程度まで減ります。

発熱時や体調不良時の子育て支援センター利用について

季節が秋から冬へと移行し始め、体調を崩しやすく風邪が流行する時期になりました。発熱などで病気療養期間中は、子育て支援センターのご利用をお控えください。他のお子さんに感染する可能性がありますので、皆さまのご理解とご協力を宜しくお願いいたします。

利用を控えていただきたい場合

※基本的には、発熱期間と同日の回復期間が必要

- ・朝から37.5℃を超えた熱とともに、元気がなく機嫌が悪い（※熱が下がって元気になったとしてもその当日～翌日の利用はお控えください）
- ・食欲がなく朝食・水分が摂れない
- ・24時間以内に解熱剤を使用している
- ・24時間以内に37.5℃以上の熱が出ていた
- ・身体に発疹や下痢の症状がある
- ・咳症状がみられる時

1歳以下の乳児の場合

- ・平熱より1℃以上高いとき
- ・38℃以上の熱があるとき