

よいあつまただより

令和3年2月

嬉野市子育て支援センター 10:00~16:00

嬉野市嬉野町大字下宿乙1 1 8 5

TEL・FAX 0954-43-0100



1年のうちで一番寒さの厳しい2月。朝晩の寒さがひときわ身にしみます。でも、ふと見上げると木々には小さな新芽が…… やわらかな春の予感にうれしくなります。まだまだ、コロナウイルスやインフルエンザの流行も心配です。健康管理には気をつけていきまし

2月のスケジュール

月	火	水	木	金	土
1	2 節分 	3 立春 豆まき会 嬉野市文化センター 11:00~	4 よいあつまれ/ベビーマッサージ 楠風館 10:00~12:00	5 	6 支援センターはお休みです
8	9	10	11 振替休日 建国記念日 支援センターはお休みです	12	13 土曜日開所 子育て支援センター 10:00~15:00
15 栄養相談 子育て支援センター 10:30~11:30	16 誕生会 子育て支援センター 11:00~	17	18 よいあつまれ 楠風館 10:00~12:00	19	20 支援センターはお休みです
22	23 天皇誕生日 支援センターはお休みです	24	25 ベビーマッサージ 楠風館 10:30~12:00	26	27 支援センターはお休みです

* 子育て支援センターの「ひろば」は、月曜日~金曜日・10:00~16:00です。* 土・日曜日・祝祭日は、お休みです。

* 第2・4木曜日のベビーマッサージは、予約制・有料(オイル代金500円)です。お申し込みは、子育て支援センターへどうぞ。☎43-0100



食べ物から元気をもらおう!



「風邪かな?」と感じたら食べ物のパワーでウイルスをはね返しましょう。まずは発汗作用のあるねぎやしょうが、葛湯などで体を温めて免疫力アップ。熱がある時は、うどんやたまご、すりおろしたりんごなど、消化の良いものでエネルギーを補給しましょう。また、はなづまりには「たまねぎのスープ」がおすすめ。湯気とたまねぎに含まれる成分が粘膜の炎症を和らげてくれます。のどの痛みには、みかんの皮やきんかんの蜂蜜漬けも効果的です。



~絵本の紹介~

ゆきのひのうさこちゃん

雪がたくさんふった日、うさこちゃんは外に遊びにいす。帽子、長靴、えりまき、手袋、準備は万端です。そりすべり、スケート、雪だるま楽しく遊んでいたうさこちゃんでしたが、雪の中で泣いている1羽の小鳥を見つけます。小鳥は寒くて泣いているのです。うさこちゃんは、かなづちや木切れをお父さんからかりてきて、小のおうちをつくりはじめます。とんかんかん。どんなおができたかな? 小鳥はよるこんでくれたかな?

ティック・フルー十 作



《豆まき会》

日時: 2月3日(水) 11時~12時

場所: 嬉野市文化センター3Fトレーニングルーム

「節分」のうたを歌ったり、豆まきゲームをしたり、楽しいことが盛りだくさんでみんなで楽しみましょう(*_*)



*新型コロナウイルス感染拡大状況により、変更になる場合もあります。ご了承ください

