

よいにあつまれのよ

令和5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1185

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ょう。



2月のスケジュール

月	火	水	木	金	土
		1	2 よいこあつまれ 楠風館 10:00~12:00	3 豆まき会 子育て支援センター 11:00~	4 土曜開所日 子育て支援センター 10:00~15:00
6 	7	8 運動遊び 子育て支援センター 10:30~11:30	9 ベビーマッサージ 楠風館 10:30~12:00	10 お話し会 子育て支援センター 11:00~	11 建国記念の日 支援センターはお休みです
13	14 健康相談 子育て支援センター 10:30~	15	16 よいこあつまれ/ベビーマッサージ 楠風館 10:00~12:00	17	18 支援センターはお休みです
20	21	22 ミニクッキング 子育て支援センター 10:30~12:00	23 天皇誕生日 支援センターはお休みです	24	25 支援センターはお休みです
27	28 誕生会 子育て支援センター 11:00~				

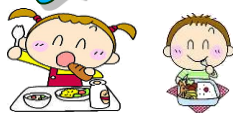
* 子育て支援センターの「ひろば」は、月曜日~金曜日・10:00~16:00です。

* 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

※土・日曜日・祝祭日は、お休みです。

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よ。

~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けます。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、小鳥のおうちをつくりはじめます。とんかんかん。どんなおうちができたかな? 小鳥はよるこんでくれたかな?

作: ティック・フルーナ



《お知らせ》

- ☆ 3日(金)・・・豆まき会は、子育て支援センターにて 11:00~開催します。みんなで「鬼は外、福は内」と言いながら、色んな鬼を追い払いましょう
- ☆ 14日(火)・・・健康相談を開催します! 保健師が来所されお話を伺います。
- ☆ 22日(水)・・・ミニクッキングを開催します! 何を作るかお楽しみに♡5組限定です。

