



地域子育て支援センター

12月 なかよし

久米こども園内 TEL57-2501

朝晩は、ぐんと寒くなり、冬を感じるようになりました。令和2年ものこすところあと1ヶ月になりました。寒い季節で、体調も崩しやすい時期です。感染対策を心掛けながら、しっかり遊んで、しっかり食べて元気に過ごして、新しい年を迎えましょう。



なかよし会

10:00~

出前保育

10:00~

18日 クリスマス会
(エクボクラブさんと一緒♪)

1日 勝北公民館
「ニコニコクラブ」



25日 誕生日会
(エクボクラブさんと一緒♪)

21日 中央児童館
「親子であそぼう」



12月のなかよし会は園の行事等のため、18日、25日の2回となります。
1月のなかよし会は15日(金)から始まります。
出前保育は21日(木)倭文保育所から始まります。
元気な顔を見せに来てくださいね。



- ★三密を避けるために予約制とします。ご利用をご希望の方は電話連絡をお願いします。
- ★ご利用の際は、新型コロナウイルス感染拡大防止の為、下記のことにご理解とご協力をお願いします。
 - ・体調がすぐれない方はご利用をお控えください。
 - ・検温、消毒、マスク(大人)をお願いします。
 - ・水分補給は各自で行って下さい。食事はお控えください。

子どもの好き嫌い

味や匂い、食感に人一倍敏感だったり、本能的に酸味や苦味を受け付けなかったり、子どもの好き嫌いは多種多様です。食育で大切なのは「食べることは楽しい」と感じることです。大人がおいしそうに食べる姿を見せたり、味付けや盛り付けを工夫したりしながら、長い目で見てあげましょう。



昼間がいちばん短い日：冬至

今年は12月21日(月曜日)が「冬至」。1年でいちばん昼間が短い日になります。逆に考えれば21日以降は日が長くなっていき、冬が終わり、春が近づいていることとなりますよね。冬至にはゆず湯につかって体を温め、ビタミンたっぷりのカボチャを食べて風邪予防！健康に冬を過ごしたいものですね。



冬の

生活ケアと注意したい感染症

寒さが厳しくなり、空気も乾燥する季節です。特にインフルエンザや風邪、溶連菌感染症、RSウイルス感染症など呼吸器に症状が出やすい感染症が多く見られます。予防のためにも、手洗いや十分な睡眠、室温の調節や加湿、栄養バランスの良い食事などで、健康に過ごせるように心がけましょう。

