



# ふなみステーションだよ!

令和3年度 舟見ヶ丘保幼園 子育て支援室  
 社会福祉法人 国府福祉会 舟見ヶ丘保幼園 園長 中尾峰子

明けましておめでとうございます。昨年はコロナウイルス感染拡大にて制限のある中での開催も多かったのですが、たくさんの皆様に遊びに来て頂きありがとうございました。今年も子どもたちの健やかな成長と子育て支援のお手伝いができますよう、様々なイベントを用意し、親子にて楽しんでいただけるようにしていきたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願いたします。

## 風邪をひかない3つの秘訣

年末年始とお休みが多く、お子さまとゆっくりかかわるチャンスです。元気でたっぷり遊べるようお過ごしください。そこで、お休み前からちょっと心構えをしておきたい「3つ」があります。普段からの手洗い、うがいのほかに

- (1) 寝る時間をいつもと同じように時間をくずさない。昼寝などを含めて睡眠時間を確保しましょう。
  - (2) おやつではなくご飯をしっかり食べる。お休み中は食事が不規則になりがちですが、小さいお子さまは特に、いつもと同じ状況が大切です。
  - (3) 少し薄着が良いです。厚着により汗をかくと皮膚についた汗が蒸発し、体温を奪い寒くなり風邪の原因となります。
- 保健師 平林先生より

## 1月の予定

- |        |            |                     |                    |
|--------|------------|---------------------|--------------------|
| 5日(水)  | お部屋で遊ぼう    | 18日(火)              | } 製作 鬼のお面を作ろう👻     |
| 7日(金)  | ★ベビーマッサージ  | 19日(水)              |                    |
| 11日(火) | } お部屋で遊ぼう♪ | 25日(火)              | 人形劇団とんと 人形劇 10:00~ |
| 12日(水) |            | 🍷試食会 11:00~ (10名限定) |                    |
|        |            | 26日(水)              | 🎮遊戯室で遊ぼう           |

🍷ベビーマッサージ (申し込みが必要です) 10:30~  
 持ち物 ・バスタオル ・300円(オイル代) ・お子さんの飲み物 母乳 OK  
 (マッサージ後に白湯かお茶などを飲ませてください)

## ★ 試食会 10名限定 申し込みが必要です

園で子どもたちが食べている形状で、味付けの昼食を4種類ご用意いたします。

(詳しくはホームページ【子育て支援室】をご覧ください)

- ① 9~11ヶ月 ② 1歳~1歳3ヶ月 ③ 1歳4ヶ月~1歳6ヶ月 ④ 基本食 (1歳7ヶ月~)

コロナ禍で出来る工夫として、一口量ずつのご試食となります。  
 まだ離乳食が始まっていないお子さんでも、お母さんのみ食べていただき、目安として、形状や味付け等を体験していただきます。  
 調理師、栄養士への相談も受け付けています。



舟見ヶ丘保幼園 子育て支援室  
 担当:横山 受付:橋場 TEL 0761-47-2732

トップページ→子育て支援室を  
 クリックして確認できます。

