

今年は新型コロナウイルスの流行で、支援センターも春は休館し、行事もいくつか中止することを余儀なくされました。みなさんの行動も制限されることがあり、ストレスを感じたりもしたのではないでしようか。支援センターが、そんなストレスを少しは解消する場になったと、感じていただいていたらうれしいです。来年もまだこの状態が続きそうですが、一緒に楽しいことをたくさんできたらと思います。どうぞよろしくお願いいたします!!



こあらだより

令和2年度 1月号 あつみ子育て支援センター

〒999-7205
鶴岡市温海字荻田177-1 あつみ保育園内
あつみ子育て支援センター
☎ 43-3901

✉ aksien@ivy.ocn.ne.jp

☆フレイルーム (こあらルーム)

開設時間 9時~12時 13時~15時

木・土日祝 休み

☆相談日 月曜日~金曜日

木曜日は予約で育児相談や自宅出前も可能です。
気軽にまずはお電話下さい。(五十嵐・檜山)

1月の行事予定



日	月	火	水	木	金	土
					休館 1	2
						×
3	休館	4	5	6	7	8
×						9
						×
10	休館	11	12	13	14	15
×						感染症 講話
						16
						×
17		18	19	20	21	22
×				育児相談 身体測定	休館	鬼のお面 作り
						23
						×
24		25	26	27	28	29
					休館	30
						×
31						
×						



みんなでクリスマスの手形・足形アートを作りました♪



食事で免疫力・体力UP

冬はインフルエンザなどの感染症が流行する季節。まずは、体をあたためる料理で体温を上げましょう。

=免疫力アップ=
ビタミン、ミネラルの多い食材
緑黄色野菜や果物

=体力をつける=
発酵食品
納豆・味噌・ヨーグルトなど



こあらの日 は11:30~『絵本の読み聞かせ』を行います。

感染症講話

日時：1月15日(金)
10:30~11:00
場所：支援センター室
内容：感染予防
☆寒く乾燥する冬は、ウイルスが元気になる時期。感染経路や予防法を知り、子ども達を感染症から守りましょう。

※切 13日(水)

身体測定

日時：1月20日(水)
10:00~
身体測定を行います。



育児相談

日時：1月20日(水)
10:00~11:00
保健師さんが来て、個室にて行います。
1人10~15分程度ゆっくりお話しができますよ。

※当日参加OKです!

鬼のお面作り

日時：1月22日(金)
10:30~11:30
場所：支援センター室
内容：製作
○2月3日(水)に保育園で豆まきをします。その時に使うお面を作ります。

※切：18日(月)

鏡開きで健康を祈る

鏡開きとはお正月にお供えした鏡餅を、松の内が明けた1月1日にみんなで食べて健康をお祈りする行事と言われています。ちなみに「開く」というのは「切る・割る」という意味です。餅を切ることは、切腹のイメージがあることから「開く」の文字が使われるようになったという説があります。

