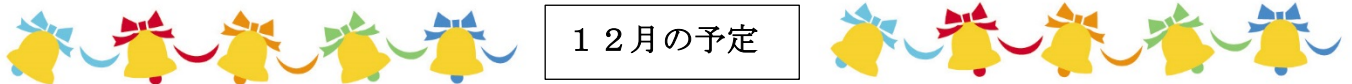




今年も早いもので、あと1ヵ月となりました。毎日が忙しく感じられる時期でもありますが、クリスマスやお正月の準備など楽しい行事もありますね。支援センターでも楽しい企画を用意していますので、是非ご参加ください。待ってます。



6日(木) アレンジフラワー [場所]上牧公民館 [時間]10:00~12:00

今年も江崎久美先生を講師にお招きして、アレンジフラワーを行います。クリスマスに向けたアレンジフラワーです。申し込みが必要です。先着10名です。費用は500円です。

11日(火) 家庭訪問

支援センターでは、家庭訪問を行っています。お宅にお伺いし、子育ての話をしたり、お子さんと一緒に遊ばせていただきます。よろしかったら申し出てください。お願いします。

14日(金) クリスマス会 [場所]上牧公民館 [時間]10:00~12:00

パティシエの辻詩乃さんとケーキにデコレーションをしましょう。ケーキを食べて、クリスマス会をしましょう。サンタさんは来てくれるかな?申し込みが必要です。

20日(木) スキンシップたいむ [場所]子育て支援棟 [時間]10:00~12:00

栗山ママのスキンシップたいむです。スキンシップのすてきと不思議を体験しましょう。今月のテーマ「なかよしスキンシップ 虹のトンネル」ママのセルフケア「早めの花粉症対策、腎臓のケア」



木育ひろばでクリスマスの飾りを作りました。すてきでしょ?



さつまいものおまんじゅうを作りました。おいしいよ!



アレンジフラワーのご案内

江崎久美先生にクリスマス用のアレンジフラワーを教えてください。体験しませんか？

申し込みが必要です。先着10名です。

材料費500円です。(年間計画と日にちが違うのでお間違えのないようにお願いします)

[日時] 12月6日(木) 10:00~

[場所] 上牧公民館

クリスマス会のご案内

辻詩乃さんのケーキをデコレーションしてみんなでいただきましょう。ひよっとしたらサンタさんも来てくれるかも？おたのしみにね♪

申し込みが必要です。締切12/10(月)迄

[日時] 12月14日(金) 10:00~

[場所] 上牧公民館

《さつまいものおまんじゅうの作り方》

11月14日に昔ながらのおやつ作りをしました。上野にお住いの辻幸子さんに「さつまいものおまんじゅう」教えていただきました。簡単に作れますのでぜひ、作ってみてください。

1. さつまいもの皮をむき蒸す。

2. 蒸し終わったら熱いうちにさつまいもをつぶす。

3. つぶしたさつまいもを丸める。

これが餡になる。



4. ホットケーキの素に少しずつ水を入れてこねる。

5. 耳たぶの硬さぐらいになったら1つずつ広げてそこに餡を入れて丸める。

6. 蒸し器で12分ほど蒸してできあがり！

冬に多い感染症胃腸炎「ノロ・ロタウイルス感染症」

ノロウイルスやロタウイルスは、症状が激しい上に感染力が強いため、特徴や対策を知っておきましょう。

ロタウイルス感染症・・・おう吐と下痢が続きます。特に白い下痢便が特徴で「白痢」とも呼ばれます。また、「米のとぎ汁のような便」が続くこともしばしばです。ロタが怖いのは、おう吐と下痢により、急速に水分が失われること。水分をとりいれても、脱水に陥る危険があります。入院が必要になるケースも少なくありません。ロタは特に6か月未満の乳児に多く、しかも初めて感染した場合は重症化しやすいので、注意が必要です。

ノロウイルス感染症・・・これからの時期、子どもが突然吐いたら、ノロを疑って対応しましょう。おう吐が数日続いた後、下痢が起こります。下痢も数日間続きますが、おう吐物や下痢便にはウイルスが含まれているため、取り扱いには十分注意しましょう。

＜おう吐物、下痢便のついた床、衣類の消毒＞

1ℓの空のペットボトルに20mlの消毒液を入れます。さらにペットボトルがいっぱいになるまで、水を加えます。(水1ℓに消毒液20ml:濃度0.1%)

＜トイレの便座や床、ドアノブなどの消毒＞

1ℓの空のペットボトルに4mlの消毒液を入れます。さらにペットボトルがいっぱいになるまで水を加えます。(水1ℓに消毒液4ml:濃度0.02%)