



美濃市地域子育て支援センター

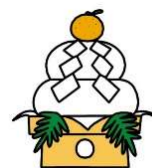
牧谷保育園

ひよこくらぶ

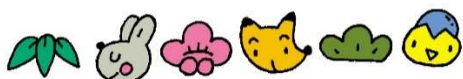
37-2002



あけましておめでとうございます



今年もよろしくお祈いします



1月の予定



14日(木) お正月あそび [場所]子育て支援棟 [時間]10:00~11:30

みんなですごろくゲームと福笑いをしましょう。

21日(木) 体育遊び [場所]子育て支援棟 [時間]10:00~11:30

アクティジャパンの先生に来ていただき、親子で体育遊びを楽しみましょう。なかなか外で遊べない冬の時期にお家の中で楽しめるあそびを教えてください。

28日(木) 筋膜リリース体操 [場所]子育て支援棟 [時間]10:00~11:30

理学療法士の澤村彰吾先生をはじめ、3人の先生を講師に迎え、筋膜リリース体操を教えてください。

クリスマス特集



クリスマスの飾りを作りました(11/27)
クリスマス会は楽しかったね(12/16)



増刊号

1月号



お正月遊びのご案内

すごろくゲームと福笑いをして遊びましょう。親子で楽しくお正月気分を味わいましょうね。

[日時] 1月14日(木) 10:00~

[場所] 子育て支援棟

体育遊びのご案内

アクティジャパンの先生に親子で楽しめる体育遊びを教えてくださいませんか。お家でも遊んでみてくださいね。

[日時] 1月21日(木) 10:00~

[場所] 子育て支援棟

筋膜リリース体操のご案内

筋膜リリース体操とは、腰痛、尿もれ、頻尿、肩こり、頭痛などマイナートラブルは、出産をきっかけにイライラや落ち込みなど気分の浮き沈みを感じやすくなる場合があります。このような体の変化に対応できるよう、体を整えるきっかけに「骨盤底筋」のセルフケア方法が筋膜リリース体操です。理学療法士の澤村彰吾先生をはじめ、3人の先生に来ていただけますので、お越しください。

[日時] 1月28日(木) 10:00~

[場所] 子育て支援棟

* 今月も引き続き予約制で行いますので、必ず予約をお願いします。先着 10 名までとさせていただきますのでよろしくお願いします。予約の開始は1月6日(水)からです。また、年間計画と異なっていますので、よくお確かめください。



冬に多い感染性胃腸炎

* **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、その程度も激しく、「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。水分をとれていても、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、しかもはじ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**・・・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、下痢が治まるまで登園はできません。ノロは、感染力が強く、しばしば家族内でも感染します。(「あそびと環境」学研刊)

今年も支援センターにあそびに来ていただきありがとうございました。12月25日(金)~1月5日(火)まで支援センターはお休みですのでよろしくお願い致します。よいお年をお迎えください。コロナ禍で大変だと思いますが、体には十分気を付けてください。また、みなさんの元気な顔に会えることを待っています。

