



なかよしメール 12月

洞爺湖町子育て支援センター TEL 0142-76-2008

メールアドレス kosodate.center@town.toyako.hokkaido.jp 令和6年11月24日

寒暖差が激しく体調がついていかないママもいると思います。大丈夫でしょうか？

これからの天気予報では、日に日に寒さが増し、チラホラと雪も降り始め冬が訪れると言っていました。雪かきが始まりますね。

冬支度準備は進んでいますか？小さな子ども達は特に体調を崩しやすい時期ですね。体調、睡眠時間、食欲、機嫌などに注意して、子どもに合わせた生活になるように心がけていきましょう。

12月は何かと忙しい時期になります。クリスマスや大掃除、お正月とイベントが続きますが、ご家族の笑顔や笑い声で楽しい年末年始を迎えて頂きたいと思います。

「子育てセミナー」

～ヨガで身体をほぐそう～

「ハア～ リラックスだわあ(^_^)」「痛気持ちいいいい！」って話しながら明日の筋肉痛を心配していました。

「本町保育所開放」11/1

新しいお友だちが遊びに来てくれましたよ。ほっぺが落ちそうなお友だちでした。

「親子ふれあい遊び」～クリスマス飾りを作ろう～

可愛いゆらゆらサンタとトナカイ！ママと一緒にペタペタの あ・と・は スティックのりをほじほじして喜んでいました！(^^)！

「桜ヶ丘保育所開放」11/8

たくさんのお友だちが遊びに来てくれました。色んなところで笑ったり、ママと泣いたりボタン落としが来てニヤッと！どんな顔も可愛いねえ！



「洞爺保育所開放」11/15

新しいお友だちが来てくれましたよ！好奇心いっぱいのお友だち！いつも元気なお友だちは、滑り台を登ったり下りたりと楽しんでいました。



「入江保育所開放」11/22

ママ大好きとママにギュッとしていたお友だちもこの後はニコニコと玩具で遊んでいました。



『12月の予定カレンダー』

日	月	火	水	木	金	土
1	2 開設	3 開設	4 開設	5 開設	6 桜ヶ丘保育所開放 (計測)	7
8	9 開設	10 開設	11 開設	12 開設	13 洞爺保育所開放	14
15	16 開設	17 開設	18 開設	19 開設	20 入江保育所開放	21
22	23 開設	24 親子ふれあい遊び	25 開設	26 開設	27 本町保育所開放	28
29	30 開設	31				



インフルエンザ

症状が強いうえに感染力も強く大流行することもある。疑わしい症状に気付いたら早めに受診しましょう。

主な症状

- ・突然高熱が出る
- ・喉の痛みや鼻水、せき
- ・食欲がない、だるさを感じる
(倦怠感)
- ・筋肉や関節が痛む

外出の目安

- ・発症後5日経過し、かつ解熱後3日経過している。

RSウイルス

3歳までに子どもがかかる身近な感染症ですが、初めてかかる乳児は重症になりやすい為、0～1歳の子どもは注意が必要です。

主な症状

- ・せき、鼻水
- ・発熱
- ・ぜん鳴（ぜいぜいゴロゴロという呼吸音）

外出の目安

呼吸器症状が治まり、全身状態が良いこと。（いつも通りに食べ、元気に遊べる）



ウイルス性胃腸炎

主な原因となるのは、ノロウイルスとロタウイルス。いずれもおう吐と下痢が起こります。小さな子どもの場合、急速に脱水が進み、症状が重くなる危険があります。

主な症状

- ・ノロウイルス…激しいおう吐と下痢。突然のおう吐から始まる事が多くある。
- ・ロタウイルス…おう吐と下痢。特に下痢が激しく白っぽい便が出る事もある

外出の目安

- ・おう吐、下痢などの症状が治まり、普段の食事が取れること。
*いつもと違う症状が見られたら、早めに病院を受診しましょう！



「親子ふれあい遊び」

お正月飾りを作ろう

絵馬を作って健康にすくすく育つように

お願いませんか？

日時 12月24日（火）10：00～11：30

場所 健康福祉センター

持ち物 タオル、着替え、水分補給（水か麦茶）

予約制なので申込みが必要です。

申込み締切日 12月20日（金）まで

*電話での申込みも受け付けています。



「年末、お正月休みのお知らせ」

12月31日（火）～1月5日（日）まで年末年始でお休みとなります。保育所開放は1月10日（金）桜ヶ丘保育所から始まります。

