



11月ゆうゆう通信

令和7年度 八百津町子育て支援センター

日中のぽかぽかとしたお日さまがより暖かく感じられる程の、朝晩の冷え込み、晩秋の気配が深まる頃となりました。お子さんの服装に迷ってしまうという声もきかれます。こまめに調整しながら、これから一段と寒くなる季節に負けず、元気に過ごせると良いですね。広場は天候に合わせ、過ごしやすいように温度調節しています。皆さんの来所をお待ちしています。



月	火	水	木	金
3 文化の日	4 おべんとうバスで あそぼう！	5 	6 乳幼児学級 芋掘り	7
10 	11	12 乳幼児学級 芋掘り予備日	13 わくわくタイム	14
17 乳幼児相談 ママカフェ 	18	19 読み聞かせの日	20 	21
24 振替休日	25 	26	27 乳幼児学級 食育教室	28 クリスマス制作



ゆうゆう広場

- おべんとうバスであそぼう！
4日（火）～7日（金）
この期間に遊べますよ。お楽しみに
- わくわくタイム
13日（木）午前10時30分より
「木の実を使ったおもちゃ作り」
- 乳幼児相談（場所：学童室）
17日（月）午前10時～11時
保健師・栄養士が対応します。
- ママカフェ（場所：学童室）
17日（月）午前10時～11時30分
飲み物を飲みながらお話ししましょう。
1人100円で利用できます。
- 読み聞かせの日
19日（水）午前11時～
楽しいお話の時間です。
- クリスマス制作
28日（金）12月1日（月）
午前10時30分より

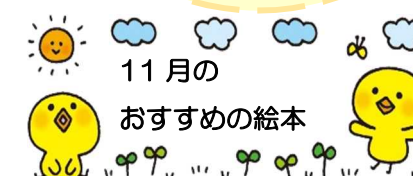


乳幼児学級

- 6日（木）午前10時～
「芋掘り」
八百津町野上 尾関さんの畑
参加の方はLINEグループに登録をお願いします。
予備日12日（水）
- 27日（木）午前10時～
「食育教室」
場所：子育て支援センター2F 学童室
栄養士の講話 おやつを試食会があります。
連絡先
教育委員会 社会教育係
43-2111（内線2518）
子育て支援センターゆうゆう広場
43-2111（内線2582）



サンタ&トナカイのクリスマスリースを作ります。受付表を出しますので、ご都合の良い日を記入して下さい。



「やまのおんがくか」
きょうはやまのおんがくかい。
たのしいうたがきこえてきたよ。
♪わたしゃ おんがくか やまのこりす♪
歌いながらしかけページをばたばた動かせる楽しい絵本です。
絵本コーナーにあります。

裏面は「健康だより」です。ぜひご覧ください

八百津町ホームページ
ゆうゆう広場もご覧ください。





健康だより



朝夕の冷え込みが厳しくなってきました。冬を迎える準備をしていく季節です。うがい・手洗い、栄養バランスのとれた食事、十分な換気と睡眠で、ウイルスを寄せつけない生活を心がけましょう。

インフルエンザ対策はお早めに



インフルエンザに感染すると、高熱、せきや鼻水、のどの痛み、筋肉痛などのつらい全身症状を伴います。家族からうつることも多いので、みんなで予防を心がけましょう！

予防のために



- ① 予防接種を受けるようにする
- ② 外から帰ったら、必ずうがいと手洗いをする
- ③ 栄養のある食事と、水分をしっかりとる
- ④ 室内の湿度、温度に気をつけ、こまめに換気する
- ⑤ 室温は 20℃ 前後、湿度は 60% くらいを保つ
- ⑥ 人混みを避ける



たっぷりの睡眠も大切！



うがいはいつからどうやって教えればいい？

うがいは感染症全般の予防策です。実は、子どもにとってうがいはちょっぴり難しい動作です。ですから成長にあわせて少しずつ、ステップを踏んで教えてあげるようにしましょう。

ステップ 1) 口に水を含んで吐き出す

ステップ 2) ぶくぶくうがい

ステップ 3) ガラガラうがい

うがいのできない赤ちゃんは、湯冷ましやお茶などエネルギーのない飲み物でのどを潤してあげましょう。



正しい手洗いを

手洗いで予防できる病気はたくさんあります。正しく洗って、健康に過ごしましょう！

せっけんを泡立てて……



チェック！

指と指の間、指先、手首は洗い残しが多いよ。念入りにね

薄着の習慣は秋からスタート

肌寒くなってくると、つい子どもに厚着をさせたいくなりますが、子どもは意外と寒さに強いもの。冬に向けて抵抗力をつけ、丈夫な皮膚を作っていくためにも、今から薄着を心がけていきましょう。

薄着で過ごすコツ

- 寒いときは薄手の上着で調節する
- 肌着を着て保温する
- おなかと背中が出ないようにする



大人より「少し遅く」「1枚少なく」！

大人が「長そでを着よう」と思ったとき、子どもは長そでにするのを少し遅らせる。大人が重ね着するとき、子どもには1枚少なく着せる。こうすると、自然と薄着が習慣づけられます。

