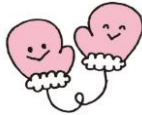




よいこあつまれだよ

令和2年2月



嬉野市子育て支援センター 10:00~16:00

嬉野市嬉野町大字下宿乙1185

TEL・FAX 0954-43-0100

1年のうちで一番寒さの厳しい2月。朝晩の寒さがひときわ身にしみます。でも、ふと見上げると木々には小さな新芽が…… やわらかな春の予感にうれしくなります。まだまだ、風邪やインフルエンザの流行も心配です。健康管理には気をつけていきましょう。



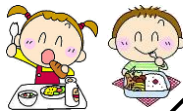
2月のスケジュール

月	火	水	木	金
				支援センター開所 8日(土) 10:00~15:00
3 豆まき会 子育て支援センター 11:00~	4 子育て講演会 子育て支援センター 10:00~12:00	5	6 よいこあつまれ 楠風館 10:00~12:00	7
10	11 振替休日(建国記念日) 支援センターはお休みです	12 栄養相談 子育て支援センター 10:30~11:30	13 ベビーマッサージ 楠風館 10:30~12:00	14
17	18	19 運動あそび(3B体操) 子育て支援センター 10:30~11:30	20 よいこあつまれ 楠風館 10:00~12:00	21
24 振替休日 支援センターはお休みです	25 誕生会 子育て支援センター 11:00~	26	27 ベビーマッサージ 楠風館 10:30~12:00	28

食べ物から元気をもらおう!

*子育て支援センターは、毎月第1、3、5日(月)10:00~16:00です。

*土・日曜日、祝祭日は、お休みです。お申し込みは、子育て支援センターへどうぞ ☎43-0100



「風邪かな?」と感じたら食べ物のパワーでウイルスをはね返しましょう。まずは発汗作用のあるねぎやしょうが、葛湯などで体を温めて免疫力アップ。熱がある時は、うどんやたまご、すりおろしたりんごなど、消化の良いものでエネルギーを補給しましょう。また、はなつまりには「たまねぎのスープ」がおすすめ。湯気とたまねぎに含まれる成分が粘膜の炎症を和らげてくれます。のどの痛みには、みかんの皮やきんかんの蜂蜜漬けも効果的です。

~絵本の紹介~

ゆきのひのうさこちゃん

雪がたくさんふった日、うさこちゃんは外に遊びにいきます。帽子、長靴、えりまき、手袋、準備は万端です。そりすべり、スケート、雪だるま楽しく遊んでいたうさこちゃんでしたが、雪の中で泣いている1羽の小鳥を見つけます。小鳥は寒くて泣いているのです。うさこちゃんは、かなづちや木切れをお父さんからかりてきて、小鳥のおうちをつくりはじめます。とんかんかん。どんなおうちができたかな? 小鳥はよるこんでくれたかな?

ディック・フルーナ 作



子育て講演会

日時: 2月4日(火) 10時00分~12:00
場所: 子育て支援センター

講師: 「風空感」 飯田 由美子氏
嬉野市 総務・防災課 岩津 鈴香氏

内容: 「防災」

いつ起こるか分からない災害に備えるため、自分の防災意識を再確認されてみませんか。参加は無料でお気軽にご参加下さい。

