

ちよっぽのこ

★都合によりイベントの日程や内容が変更になる場合もありますので、各支援センターにお問い合わせください。
★「ちよっぽのこ」のバックナンバーを越前町のホームページでご覧になることが出来ますので、ご活用ください。

◎要予約の欄に※ マークのついている行事は、事前に予約が必要です。各支援センターまでご連絡ください。

名称	朝日子育て支援センター	越前子育て支援センター	織田子育て支援センター	はぎの子育て支援センター	宮崎子育て支援センター
住所	気比庄57-205(朝日児童センター内)	梅浦60-15-3(四ヶ浦保育園2階)	織田109-55(織田保育所隣接)	細野73-2(はぎのこども園隣接)	江波76-5-1(宮崎児童館内)
電話番号	0778-34-7123	0778-37-0900	0778-36-2232	0778-36-0396	0778-32-2323
開設日時	月～金曜日 9:00～14:00 電話相談、個別相談有り	月～金曜日 9:00～14:00 毎週1回『あそびにおいでよ』 10:00～11:30 電話相談、個別相談有り	月～金曜日 9:00～13:00 園庭開放、電話相談、個別相談有り	月～金曜日 9:00～14:00 毎週水曜日 すくすく広場 園庭開放 育児相談 TEL可 電話相談、個別相談有り	月～金曜日 9:00～14:00 電話相談、個別相談有り
1月	日にち 曜日 要予約	日にち 曜日 要予約	日にち 曜日 要予約	日にち 曜日 要予約	日にち 曜日 要予約
	14日(火)	7日(火)	15日(水)	8日(水)	17日(金) ※
	16日(木) ※	14日(火)	22日(水) ※	15日(水)	23日(木)
	20日(月)	21日(火)	29日(水)	22日(水) ※	31日(金)
	24日(金)			29日(水)	
	28日(火)				
2月	31日(金) ※				
	6日(木) ※	3日(月) ※	12日(水) ※	5日(水)	3日(月) ※
	18日(火)	18日(火)	19日(水)	12日(水)	26日(水)
	20日(木) ※	25日(火)	26日(水)	19日(水)	28日(金)
	25日(火)			26日(水)	
3月	28日(金)				
	3日(火) ※	3日(火) ※	3日(火) ※	4日(水)	2日(月) ※
	10日(火)	9日(月)	11日(水) ※	11日(水) ※	13日(金) ※
	12日(木) ※	17日(火) ※	18日(水) ※	18日(水)	31日(火)
	19日(木) ※			25日(水)	
	24日(火)				

冬の感染症対策



冬は、さまざまな感染症が流行する季節。

病気が流行り出すと、外にでて、病気をもらうのもイヤだなあと家にこもりがちになってしまいますね。

普段からのこころがけで、病気ににかかりにくいからだ作りをするとともに、手洗い・うがいをしっかりと、感染症に負けずに、元気に冬を乗り越えたいですね。



病気予防のための習慣

病気ににかかりにくい体づくりのコツは、健康的な生活を送ること。感染症を寄せつけない工夫で、冬を元気に乗り切りましょう。

早寝早起き

規則正しい生活は丈夫な体をつくれます。日が昇ったら活動的に過ごし、沈んだらゆっくり休む。十分な睡眠も、病気の予防には大切です。

手洗い・うがい

予防法の基本のキ。うがいは小さいお子さまには難しいので、帰宅後に1杯お水を飲むだけでもOK。のどを潤し、水分補給にもなります。

バランスのよい食事

赤ちゃんは母乳やミルクを飲めていれば大丈夫。幼児期の好き嫌いは大目に見つ、工夫しながら食べさせてあげましょう。

薄着の心がけ

お子さまの洋服は大人よりも1枚少ないくらいで。冬の寒さを軽減することで、自分で体を動かして保温することなどを学ぶことができます。

お部屋の温度・湿度

お子さまの脇の下に手を入れ、冷たければ部屋を暖かく、汗ばんでいたら洋服を脱がしめましょう。部屋の加湿には加湿器が効果的。

温かいお風呂

体を温める入浴は、お子さまの皮膚への良い刺激にもなります。熱いお湯に浸かる必要はありませんが、ぬるめの温度でゆっくりと。

予防接種

予防接種は感染症を防ぎ、感染しても重症化しないようにするためのもの。お子さまの体調とよく相談しながら受けましょう。