

2013 平成25年

12

第69号



早いもので今年も後1ヵ月となりました。きれいな紅葉もすっかり葉を落とし、冷たい風が吹くようになりましたが、あいあいホールに来る子どもたちは寒さ知らずで、元気いっぱいです。

これからは、クリスマスやお正月と家族で過ごす楽しみがいっぱいですね。生活習慣が乱れがちとなりますが、睡眠・食事等の時間を意識して、お過ごしください。あいあいホールでも、クリスマスにちなんだ楽しい予定がたくさんあります。皆さんの参加をお待ちしています。

久御山町子育て支援センター

あいあいホール所長 辻 彰子

### 子育て支援センター あいあいホールでは

\*プレイルームでは、就学前の親子が遊べます。

\*みるく♡サロンは、水曜日 午前10時30分～正午まで談話室で開いています。

(対象は2、3か月から10か月ぐらいまでの赤ちゃんとその保護者、妊婦さんです)

\*午前・午後の2回お片づけの時間を決め、その後親子で、手遊びや体操などを行っています。

\*子育てに困っていること、悩んでいることがあれば、お気軽にご相談ください。

開館時間 午前8時30分～午後5時

(プレイルーム利用時間 午前9時～午後4時)

休館日 月曜日・祝日・日曜日 (第2日曜日は開館)

【発行】 久御山町子育て支援センター「あいあいホール」  
TEL 0774(41)2263 / FAX 0774(41)2283

# 赤ちゃんが 清潔の習慣を身につけるには・・・

手洗いや鼻をかむといった清潔の習慣は、食事や排せつと違い、「～したい」という生理的な要求が低いので、身につけにくい習慣のひとつです。そこで、大切なのはおかあさんからの働きかけです。

食事の前後に、おかあさんが子どもの手や口をおしぼりでぬぐうときは、これからきれいにするんだよということを意識して伝えるようにしましょう。

「お口きれいにしようね」「おててもきれいにしようね」などと声をかけながら、おしぼりで子どもの口の周りや手のひら、指の間を丁寧にぬぐいます。

日々、これを繰り返すことで、ただ汚れを落とすだけでなく、「ご飯の前や後には手をきれいにする」という習慣や、「きれいになった」という感覚を肌で感じられるようになります。



はいはいができるようになってくるころには、地面に手をついたり、物に触ったりする機会が増えてくるので、流水で手を洗い、汚れを落とすようにしましょう。

また、これからの季節は鼻水が出ることも多くなるでしょう。鼻をふくときは強くこすらずに、ティッシュペーパーでつまむようにしてふきとりましょう。突然鼻をつままれると子どもが驚くので、先に声をかけてからにしてください。



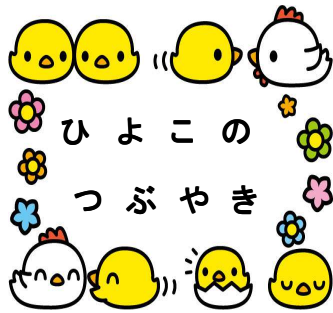
手や口をふくときも、鼻水をふきとるときも、「きれいにしようね」の声かけを大切に！



## おしらせ

あいあいホールは、12月28日(土)から、1月6日(月)まで休館します。





## 冬のかぜについて

冬に流行するかぜには、発熱、鼻水、喉が赤くなるなどが主症状の“鼻と喉のかぜ”と、おう吐や下痢が主症状の“おなかにくるかぜ”（ウイルス性胃腸炎など）があります。特に注意すべきはインフルエンザです。時に重症化することがあり急な発熱や悪寒、筋肉痛・関節痛を伴うとき、また赤ちゃんは機嫌やミルクの飲み方をみて早めに医師にかかりましょう。自宅では、部屋を保温・加湿し、脱水症状が出ないよう、水分補給には、十分注意しましょう。



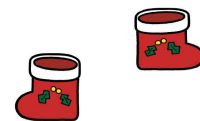
冬に流行する子どもの胃腸炎で多いのは、ロタウイルスとノロウイルスです。どちらも少量のウイルスで感染が広がり、おう吐や下痢を繰り返すのが特徴です。吐物や便にはウイルスが含まれているので適切な処置をし、片付け後は、手洗いをきちんと行って下さい。症状が治まった後も、1～3週間は便からウイルスが出続けるので、おむつやパンツの取り扱いには注意が必要です。



### 年末年始の急病は？

年末年始は、ほとんどの病院が休診となります。子どもの急な発熱やけがに備えて、事前にかかりつけの病院のほか、近くの救急病院の診療時間と休診日は確認しておきましょう。

また、帰省先の情報も把握しておくことが大切です。



平成25年度から、第2日曜日を閉館しています。  
**12月は8日です。**