2017 平成29年

2

第107号

あいあいだより

２月３日の節分を過ぎると、立春。暦の上では春の始まりですが一年で一番寒いといわれる時期が、やってきました。でも、あいあいホールのプレイルームから差し込む光は日ごとに暖かさを増して春を感じさせてくれます。

この時期は、まだまだインフルエンザやノロウイルス等による感染性胃腸炎が流行します。手洗い・うがいを習慣づけ、また、部屋の換気にも気をつけて、予防に努めましょう。

今月もたくさんの方の来館をお待ちしています。

＊プレイルームでは、就学前の親子が遊べます。
＊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。
＊各事業の開催日は入館を制限する場合がありますので、ご了承ください。

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）

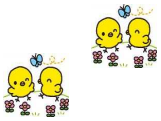
【発行】　久御山町子育て支援センター「あいあいホール」
TEL 0774(41)2263 ／ FAX　0774(41)2283

地域であそぼう「つどいのひろば」（リーヴァ淀公民館）

1月20日（金）にリーヴァ淀公民館をお借りしてつどいのひろばを開催しました。
子ども達のにぎやかな声が室内にひびき、ままごとやミニカーで遊んだり、絵本を見たりして、楽しい時間を過ごしました。2月、３月は、「まちの駅クロスピアくみやま」でつどいのひろばを開催します。来てくださいね！！

《　節　分　》

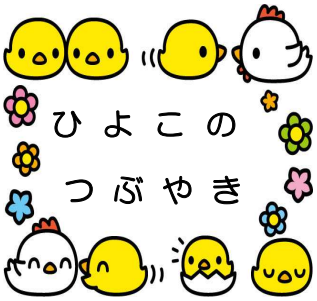
２月３日の「節分」は、季節の分かれ目の意味で、立春の前日のことです。
この日に行う豆まきは「追儺（ついな）」とも言われ、中国から伝わった行事で「鬼やらい」「厄おとし」と呼ばれ、疫病などをもたらす悪い鬼を追い払うとされています。
この他、魔除けのために鰯の頭を柊の小枝に刺して戸口に翳（かざ）したり、福を巻きこむ、縁を切らない（包丁を入れない）という理由で、その年の恵方に向かって巻き寿司を食べる風習等が地方によって行われています。
ちなみに、今年の恵方は北北西だそうですよ。

笑顔いっぱいの一年になりますように！


♥あいあいホールでは、２月２日（木）に民生委員の方と一緒に
「せつぶんのつどい」を開催します。
一緒に鬼の面を作りましょう。参加、お待ちしています。

２月の日曜開館は12日です。

ボールプールで遊びましょう。



換気について

寒いからといって、家の窓を閉め切っていませんか？長い時間、換気をしないと室内はウイルスや二酸化炭素、ほこりで汚れてしまいます。寒くてもこまめに換気を行い、空気の入れ替えを心がけましょう。

また、部屋の中を温めすぎると、空気が乾燥してきます。なるべく足元を中心に温め、上半身は温めすぎないようにし、加湿器などで部屋の湿度を保ちましょう。加湿器がなくても、室内に洗濯物を干したり、コップ一杯の水を暖房器具の近くに置いたりすることで、部屋が乾燥しにくくなります。

風邪を引きにくい環境を心がけ、子どもたちの体調管理にも気を配り、元気に過ごしましょう。

～鬼よりこわい？！豆の誤飲・誤嚥～

節分ということで、子どもたちの健康を祈って豆まきをするご家庭も多い時期ですが、同時に豆の誤嚥が増える時期でもあります。

何よりも怖いのは呼吸に影響が出ること。豆類は気道に入ると膨らんで窒息しやすいのです。また、他の異物と違って気管支内に入ると、粘膜に炎症を起こして、浮腫を起こすので、せきをしても外に出てきません。

特に小さな乳幼児のいるご家庭は注意が必要。健康を願う豆まきのはずが、目の前に転がってきた豆を赤ちゃんが誤って食べてしまうと大惨事になりかねないので、十分に気をつけて、豆まきを楽しんでくださいね。

３つの首を温めよう！！

「かぜは首から引く」という言葉があるように、首・手首・足首が冷えると体全体も冷え、かぜを引きやすくなります。首にはタートルネックのセーターやマフラー、手首には手袋、足首には厚手の靴下やレッグウォーマーを着用してしっかり保温し、血流をよくしましょう。一方で、かぜを引いて熱が上がった時は、この３か所を冷やすと効果があります。