

2019 平成31年

1

第130号



あけましておめでとうございます。

平成31年亥（いのしし）年が幕をあけました。新しい年の始まりは、喜びと期待で心が弾みますね。今年もあいあいホールでたくさんの親子が子育ての輪を広げ、楽しく遊べる場となるよう、職員一同応援しています。そして、皆さんと共に、大切な時間を楽しく過ごしていきたいと思っていますので、どうぞよろしくお願いいたします。

まだまだ寒い日が続き、インフルエンザなどの感染症にも注意が必要です。手洗い、うがいをしっかり行い、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、2か月から就学前までの親子が遊べます。
- ・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）

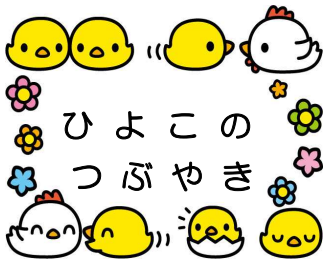
休館日

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



冬の服装について

寒くなると、つい多めに着込みがちですが、子どもは体温が高く汗もかきやすいので、大人より1枚少ない服装を心がけましょう。

まず、下着をつけて体を冷やさないことが大切です。次に、厚手の服を1枚着るより、素材の異なる薄手の服を2枚重ねる方が、空気の層ができてあたたかくなり、室温に合わせて脱ぎ着がしやすくなります。屋外で着るジャンパーなどはそで口や首元がピッタリと閉じている物の方が、保温効果が高いです。

脱ぎ着しやすい服装で、気温の変化に合わせて調節しましょう。



★感染症について

寒い季節は、かぜやインフルエンザをはじめとする感染症が蔓延しがちです。「感染症」とは、病気の原因となるウイルスや細菌などの病原体が体内に入り、増殖することによって起こる様々な病気のことです。かぜなどの感染症は誰にでもかかるものです。

病原体を身体に入れないように気をつけましょう。

♥手洗い・うがいはこまめに。



♥窓をあけて空気の入替えをしましょう。

♥咳やくしゃみが出る時は、マスクを着用したりして病原体が飛び散るのを防ぎましょう。

★風邪をひいた時のお風呂は？

熱が高く体力の消耗が激しい時や食事も摂れなくてつらい時には、お風呂での発汗でさらに脱水になるおそれがあります。

高熱でなく、食事も摂れていて、お風呂に入る元気があるなら、基本的に入浴できます。

ただし、熱すぎる湯や長風呂はよくありません。髪をしっかり乾かし湯冷め対策をして湯上がりの水分補給も忘れずに行いましょう。

★乾燥対策のポイント

湿度が50%以下になると、皮膚の乾燥が始まるといわれています。加湿器の使用や洗濯物の部屋干しなどで、室内の湿度調節を行い、衣類は通気性が良いものを選びましょう。特に乳児は冬場だけでなく一年を通したスキンケアが欠かせません。医師や薬剤師に相談して、子どもの肌質や年齢に合った保湿剤をみつけておきましょう。



干支の動物の順番・由来 知っていますか？

干支（十二支）の始まりは中国で殷の時代とされています。干支は月日を表すカレンダーの役目を持つものとして活用されてきたのですが、元々は木星の位置を表すためのもので天文学に使われていたものでした。木星は12年でちょうど空を一周するので毎年 of 位置を示すために1つずつ漢字が割り当てられ、毎年 of 木星の位置を表す漢字が十二支として伝わっています。この十二支に用いられる漢字は実は動物とは全く関係ないもので、季節ごとに移り変わる植物の様子を表す漢字だそうです。

さて、みなさんは「ね、うし、とら、う・・・」十二支を知っていますか？

そこで・・・干支の順番にまつわる民話をご紹介します！

昔々の大昔のある年の暮れのこと、神様が動物たちにお触れを出したそう。

「元日の朝、新年の挨拶に出掛けて来い。一番早く来た者から十二番目の者までは、順にそれぞれ一年の間、動物の大將にしてやろう」

動物たちは、おらが一番とて、めいめいが気張って元日が来るのを待っておった。ところが猫は神様のところにいつ行くのか忘れてしまったので、ねずみに訊くとねずみはわざと一日遅れの日を教えた。猫は、ねずみが言うのを間に受けて喜んで帰っていった。

さて元日になると、牛は「おらは歩くのが遅いので、一足早く出掛けるべ。」とて夜のうちから支度をし、まだ暗いのに出発した。牛小屋の天井でこれを見ていたねずみは、ポンと牛の背中に飛び乗った。

そんなこととは知らず牛が神様の御殿に近づいてみると、まだ誰も来ていない。

我こそ一番と喜んで待つうちに門が開いた。とたんに牛の背中からねずみが飛び降り、ちよろちよろと走って一番になってしまった。それで牛は二番、それから虎・兎・龍・蛇・馬・羊・猿・鶏・犬・猪の順で着いた。猫は一日遅れで行ったものだから番外で仲間には入れなかった。それでねずみを恨んで追いつくのだそう。



12月のお楽しみ会は「フラダンスを踊ってみませんか？」ということで久御山町のフラダンスサークルの皆さんにきていただいて、親子でできるフラダンスを教えてくださいました。



親子で音楽に合わせてノリノリ！で踊りました。「体を動かすことって楽しい！！」とママも大ハリキリ。最後はサークルの皆さんの踊りをみせてもらってウツトリでした。楽しい時間でしたね。

1月の日曜開館は13日です。
午前中、おもちゃ病院が開院します。