



# 子育て支援センターだより



1月の予定 紀宝町子育て支援センター 0735-32-4688

日	月	火	水	木	金	土
	あけましておめでとう ございませう	こしもよろしくおねがいます			1 元旦 	2
3	4 遊び場	5 遊び場	6 遊び場	7 遊び場(午前中)	8 遊び場 保健師さん来所 (10:00~11:00)	9 
10	11 成人の日	12 遊び場	13 遊び場 	14 遊び場(午前中)	15 遊び場	16
17	18 遊び場 	19 遊び場	20 遊び場	21 遊び場(午前中)	22 遊び場 保健師さん来所 (13:30~14:30)	23 
24/31	25 遊び場	26 遊び場 	27 遊び場	28 ママサークル (うきうきコンサート) まなびの郷 10:30~11:30	29 遊び場	30



## おやつレシピ

《豆腐のしらたまだんご》

材料(4人分・約20個分)

白玉粉・絹ごし豆腐	各100グラム
水(堅さ調節用)	大さじ1~2
しょうゆ、みりん	各大さじ1
砂糖	大さじ1
水	大さじ1
水溶き片栗粉	小さじ2

- ①ボウルに白玉粉、豆腐を合わせてよくこねる。まとまりにくい場合は、水を加えて堅さを調節する。
- ②生地がまとまったら丸める。沸騰したお湯に入れて茹でる。浮き上がって、1~2分ですくいあげる。
- ③鍋でたれを煮立て、水溶き片栗粉を加えてゆるくとろみをつけ、出来上がり



## 28日(木) 子育て&ママサークル

☆☆うきうきコンサート☆☆  
うたのお姉さん♪エレクトーンのお姉さん♪が来てくれて、いろんな歌をうたってくれます。  
みなさん 楽しみにしてくださいね。  
※(コロナ感染症対策にご協力お願いします)

1月28日(木曜日)  
時間・・10:30~  
場所・・まなびの郷  
参加・・町内の方限定にさせていただきます



## 冬の肌荒れ対策

空気が乾燥する冬は、お肌も乾燥する季節。特に子どもは肌のバリア機能が未発達のため、荒れやすいのです。日々のケアを心がけ、デリケートな肌を守りましょう。



## ~家庭でできるインフルエンザ予防~

※うがいと手洗い  
外出後は必ずうがいと石鹸を使った手洗いを習慣にしましょう。



※室内の温度と湿度をチェック  
室温16から18℃湿度60%前後が目安です。特に乾燥には要注意。加湿器など上手に使いましょう。



※外出時にはマスクを  
感染予防にもなりますが、マスクのもっとも大きな効果は、ウイルスをまき散らさないことです。



## ~子育て相談~

子育てについて心配なことや困っていることはありませんか？  
一人で悩まないで、いつでもお気軽にお電話や子育て支援センターにお越しください。



## 連絡先

紀宝町子育て支援センター  
0735-32-4688