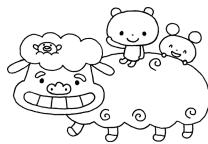
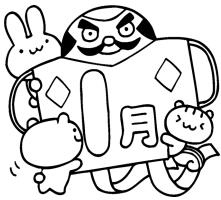


# 子育て支援 センターだより



## 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 ございます	こにしもよろしく おねがいします	1 元旦	2 センター休み	3
4	5 遊び場	6 遊び場	7 遊び場	8 遊び場	9 遊び場 ☆育児相談 (10:00~11:00)	10
11	12 成人の日	13 遊び場	14 遊び場	15 遊び場 ※2歳児歯科 場所:健康ぶらざ 13:15~	16 遊び場	17
18	19 遊び場	20 遊び場 ※こども歯みがき相談 14:45~15:45	21 遊び場	22 遊び場 ☆子育て＆ママサークル (鬼製作と豆まき)10:00~ 乳幼児健診(御浜町)	23 遊び場	24
25	26 遊び場	27 遊び場	28 遊び場	29 遊び場	30 遊び場	31



### 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  
日々のケアを心がけ、デリケートな  
肌を守りましょう。



☆外遊びや手洗いのあとには、  
保湿クリームを塗ってね。  
☆冬の寒風に地肌をなるべくさらさないように  
してね。

### ～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鹼を使った  
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°C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。



☆1月9日(金曜日)  
10:00~11:00

○保健師・歯科衛生士・管理栄養士  
・身体計測・栄養相談・歯みがき指導などを行ってくれます。

☆1月22日(火曜日)

14:45~15:45  
○歯科衛生士  
・歯みがき指導を行ってくれます。



連絡先  
紀宝町子育て支援センター  
0735-32-4688