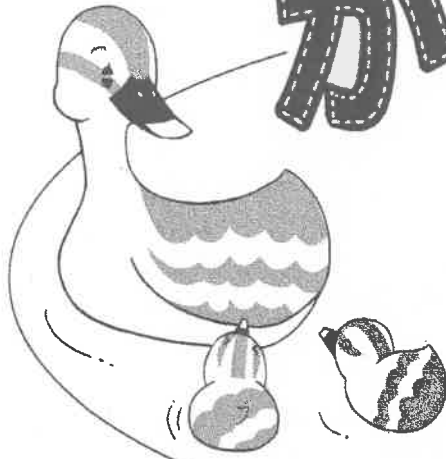


かるがも

12月号



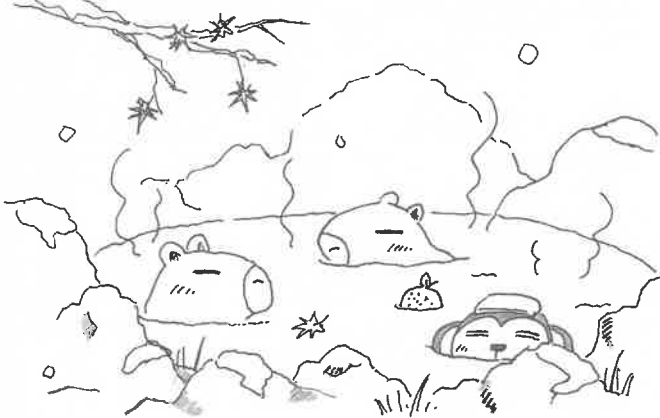
鶴ヶ島子育てセンター
(鶴ヶ島保育所内)

鶴ヶ島市脚折 1922-23 ☎ 286-7201



寒くて厳しい冬も北国の動物たちのにとっては、うれしい季節♡
真っ白な雪の中で元気にとびまわり

◦ クリスマスを心待ちにしているかもしれませんね



一方、寒さがちょっぴり苦手な動物たちは……
せせと冬じたくをしながら、温泉に入って
身体をぽかぽかと温めているのかな～

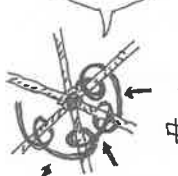
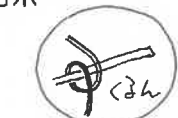
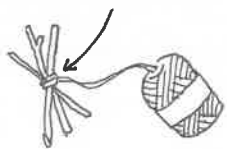


☆ 手づくり ☆ クリスマス☆オーナメント

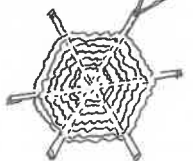
【材料】小枝 3本、毛糸

ひもをつけて
できあがり!!

毛糸の端を
結んで止める



ひと巻きしたら
中心に寄せよ。

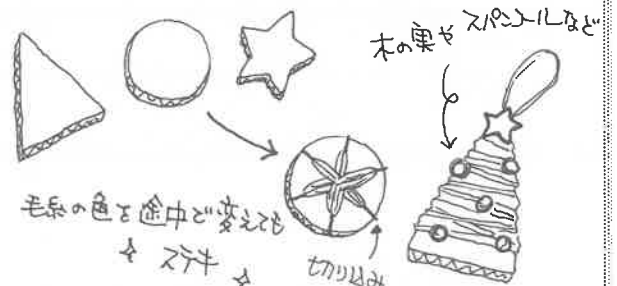


① 3本の小枝を重ね、
中心に毛糸を巻き付け
固定したあと、小枝を
放射状に広げる。

② 小枝に毛糸を1回巻いたあと、
隣の小枝も1回巻いて毛糸を
中心に寄せ…を繰り返して、全
ての枝をつないでいく。

【材料】段ボール片、毛糸、木の実など

- ① 段ボール片を好きな形に切り、毛糸を
ぐるぐると巻き付ける。
- ② 木の実などを貼って装飾する。



どうしたらいいの？

冬のスキンケア

乾燥した空気や暖房で、肌のトラブルが起きやすいこの季節。

赤ちゃんのスキンケアってどうして必要なの？ どんなことに気をくばってあげたらよいのでしょうか…。

とっても薄い赤ちゃんの肌！

冬は特に冷たく乾いた空気や部屋の暖房のため、皮膚がとても乾燥しやすくなります。子どもの皮膚は薄く、皮膚バリア機能が未熟なため、外からの刺激に弱いのです。乾燥肌はトラブルのもと！ 健やかな肌を保つためにスキンケアはとても大切です。



対策① 清潔と保湿 ～スキンケアの基本～

『こすらずきれいにすること！』

＊せっけんはしっかり泡立てて

泡立ちが不十分だとせっけんの洗浄成分の濃度が高くなり、刺激が強くなることも…

＊手でやさしく洗う

スポンジやタオルでこすると赤ちゃんの肌には刺激が強いのです。

＊シワの間もしっかりと！

首や股、手のひら、足首など、くびれのあるところはシワを伸ばしながら洗い残しのないようにしましょう。

『保湿・保護すること！』

＊“お風呂上りに保湿”を毎日の習慣に！

＊入浴後5分以内に保湿を！

流れてしまった水分や脂分を補うために、入浴後はすぐに肌がしっとりするくらい、たっぷりと保湿剤を塗ります。

お風呂のお湯の温度は…
ぬるめの38～39度に！

マッサージはからの
スキンケアタイムは
スキニシップタイム♡

お子さんのからだめ
変化にも気づきやす
くなります！



ぜひ、お風呂上がりのスキンケアを
習慣にしよう♡

対策② 暖房器具を使うときは…

寒くなる季節の室内温度は20～25度くらいが適温です。加湿器などを使用して、湿度は60%くらいに保ち、肌の乾燥を防ぎましょう。

室温が高すぎると汗をかき、冬でも“あせも”ができてしまうことも。また、かいた汗が冷えると体も冷えてしまいます。汗をかいていないか、時々確認するとよいでしょう。



暖房をつけていても、寒いのではないかと心配です… ♪

衣服の中にそっと手を入れ、子どもの背中を触ってみましょう。汗ばんでいたら暑いということ。手足が冷たくても、おなかや背中が温かく、顔や手足の血色が悪くなければ大丈夫です。



《冬の衣類選びのポイント》

- ① 動きを妨げないもの…厚着はNG！
- ② 吸湿性・保温性・通気性にすぐれた肌着を選ぶ
- ③ 重ね着で調整しやすくする

かきかきハックナバー
『冬の衣類 どう選べばいいの？』
もみてね♡



肌トラブルが気になったときは早めに受診し、お子さんに合った保湿剤を医師に選んでもらうと安心です。



子どもの発達にあった



離乳食の進め方



離乳食の初期から幼児食期までのステップアップの目安や
子どもの発達に合わせた進め方などをお話します

【日 時】 12月16日(木) 10:00~11:30

【会 場】 女性センター 軽運動室

【対 象】 生後5ヵ月以降の離乳食を食べている子の保護者

7名程度(市内在住の方)

【参加費】 無料

【持ち物】 筆記用具

【保 育】 1歳から3歳 4名(要申込)

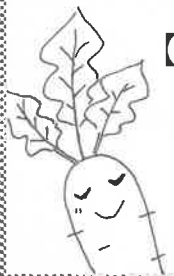
【申込み】 12月3日(金) 9時から 電話で申込み

鶴ヶ島子育てセンター(鶴ヶ島保育所内)

049-286-7201 (土日祝日除く 9時~17時)



1歳未満児は、
会場に入室できます



12月 つるがしま子育てセンターの予定



《すくすく子育て通信》

鶴ヶ島市内の新型コロナウイルス感染状況の変化等により、閉室することもあります。

変更の際には、市ホームページでお知らせいたします。

- *体温が37度以上（乳幼児は37.5度以上）ある方は入室できません
- *利用人数に上限を設けます
- *当日、ご家庭で検温してからご来場ください（保護者・子ども）
- *入室中、マスクを着用してください（保護者）



『つどいの広場』

《場所》 女性センター「ハーモニー」
託児室

《開室時間》 午前（9:00～11:45）
午後（13:30～15:15）

《利用人数》 各回8組

『こそだてひろば』

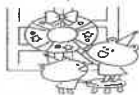
《場所》 富士見市民センター 集会室

《開室時間》 午前10:00～11:30

《利用組数》 13組

新型コロナウイルス感染防止対策として、
常時または定期的に換気を行っています。
暖かい服装で来てください♡

《問合せ先》 鶴ヶ島子育てセンター 049-286-7201（月～金 8:30～17:00 土日祝日除く）

日	月	火	水	木	金	土
			1 午前 こそだてひろば 午後 つどいの広場	2 午前 つどいの広場	3 	4
5	6 午前 つどいの広場 午後 つどいの広場	7 午前 つどいの広場 午後 つどいの広場	8 午前 こそだてひろば 午後 つどいの広場	9 午前 つどいの広場	10 	11
12	13 午前 つどいの広場 午後 つどいの広場	14 午前 つどいの広場 午後 つどいの広場	15 午前 こそだてひろば 午後 つどいの広場	16 12月16日 子育て講座 『子どもの発達にあった離乳食の進め方』 ※つどいの広場はお休み	17	18
19	20 午前 つどいの広場 午後 つどいの広場	21 午前 つどいの広場 午後 つどいの広場	22 午前 こそだてひろば 午後 つどいの広場	23 午前 つどいの広場	24 	25
26	27 午前 つどいの広場 午後 つどいの広場	28 	29 	30 	31 	

※悪天候の場合、「つどいの広場」等、お休みする場合があります。※駐車場は他の施設と共通の為、混雑する場合があります。
「園庭開放」「パパの園庭開放」の再開については、決まり次第、市HP、「かるがも」にてお知らせいたします。