

子育て 支援センター



令和3年1月20日発行
しらおか虹保育園内
子育て支援センター「虹」
白岡市上野田1252-1
TEL 0480-31-7750
FAX 0480-31-7751

育児講座◆キラキラ◆

♪英語で遊ぼう♪
～親子英語教室～



講師：子ども英語グループ
「ポップアップエンジェルス」

たていり えみ てらやま ふさこ
建入 絵美氏・寺山 滋子氏

日時：2月18日（木）
午前10時30分～11時30分
対象：市内在住の1歳以上の幼児（未就園）と保護者4組

支援センター虹でとても人気のあった講座です。英語を親子で楽しく体験してみませんか？前回抽選から外れてしまった方も、もう一度体験してみたいという方も、是非またご応募してみてください。



ぶち・ルンルン

～ママ友を作りましょう！～

日時：2月9日（火）
午前10時30分～11時45分
内容：親子の交流、寝相アート、記念カード作り
対象：市内在住の6～12か月の乳児（未就園）と保護者



※駐車場には限りがありますので、ご了承ください
密集を避けるためお待ちいただく場合があります。



親子
第6回
教室

♡ルンルン♡
2月16日 ☆ランラン☆
2月17日
※サンサン※
2月19日



緊急事態宣言による支援センターの休館に伴い、親子教室の日程が変更になります。

2/2（火）ルンルン→3/2（火）
2/3（火）ランラン→3/3（水）
2/5（金）サンサン→3/5（金）

今年度の親子教室後期は1月末の教室が1回中止となり、合計7回となります。皆様には大変ご迷惑をおかけいたしますが、ご了承のほどよろしくお願い致します。



親子なかよし講座 ☆ピカピカ☆

♪ベビーフラ♪

講師：日本ベビーキャリアフラ協会
ゆり 明美氏
日時：2月12日（金）
午前10時30分～11時10分
対象：市内在住の6か月～1歳2か月位の乳幼児（未就園）と保護者4組

中止

いよいよ冬本番となりました。お外は寒いですが、感染症に気をつけながらも、寒い冬を心は温かく楽しく過ごしていきたいですね。外は寒く室内は暖かいこの時期、何をどのくらい着せたら良いか迷ってしまうことも多いですよ。【子どもの重ね着】について、お話したいと思います。

★子どもは着せ過ぎに注意!! 外気に当たることも大切。

子どもは新陳代謝が激しいため、大人と比べて平熱が高めです。親自身が寒いと子どもも同じく寒いだろうと思いがちですが、子どもと大人の体温の違いを意識しましょう。感染症の心配からか子どもに着せ過ぎの傾向があるそうです。

☆子どもとの外出は、抱っこ状態とベビーカーで使い分ける。

抱っこひもの中に入る場合は、ママと子どもの体温の相乗作用で温度が上がるので、分厚い防寒着を着させる必要はなく、1枚プラスするくらいで大丈夫でしょう。ただしベビーカーに乗せる時は、地面に近いほど気温が低くなることや、風が強いと体感温度が低くなることを配慮して、親よりも1枚多めに着させたり、ベビーカー用の防寒着などを利用するのもおすすめです。

★室内に入ったら、大人同様に防寒着は脱がせる!

ショッピングモール内で、親がコートを脱いでも子どもだけ防寒着を着せのまま抱っこしていたり、歩いている様子を見かけます。大人が暑ければ子どもも暑いのです。時には皮膚を外気に晒す習慣をつけることも大切です。

☆こまめに脱ぎ着が出来る服装を。

同じ空間で遊ばせていても、走り回って汗ぐっしょりになっている子とそうでない子がいます。自分の子がどういうタイプなのかを見極めて判断しましょう。またその日の天気や気温によっても違いがあるので、こまめに服の調節をしてあげることが大切です。そうしていくうちに体温調整が上手になり、自分で温度を感じて脱ぎ着が出来るようになっていきます。

★パパとママを寝不足にしてしまう冬の子どもの寝相。

寝返りが多くよく動く子どもは、せっかくかけた布団を何度も蹴っ飛ばしてしまうという話をよく聞きます。寝返りは子どもに必要な行動です。冷え予防の方法としては、布団を沢山掛け過ぎずに軽い素材で大きなサイズのものを使用しましょう。掛け布団代わりにするスリーパーの活用も是非お勧めです!!

緊急事態宣言に伴い、2/7（日）まで休館となりますが、電話相談は通常通り受け付けております。

お知らせ：入館時には検温をさせていただきます。また、ご利用にあたっては保護者のマスク着用を必ずお願いします。新型コロナウイルス感染拡大予防のため、事業に変更が出る場合があります。詳細につきましてはお問い合わせください。