



地域子育て支援センター エンジェルルームだより 1月号

2023年1月発行
地域子育て支援センター
エンジェルルーム
(藤枝聖マリア保育園)
藤枝市下藪田 733-1
Tel.054-638-2941

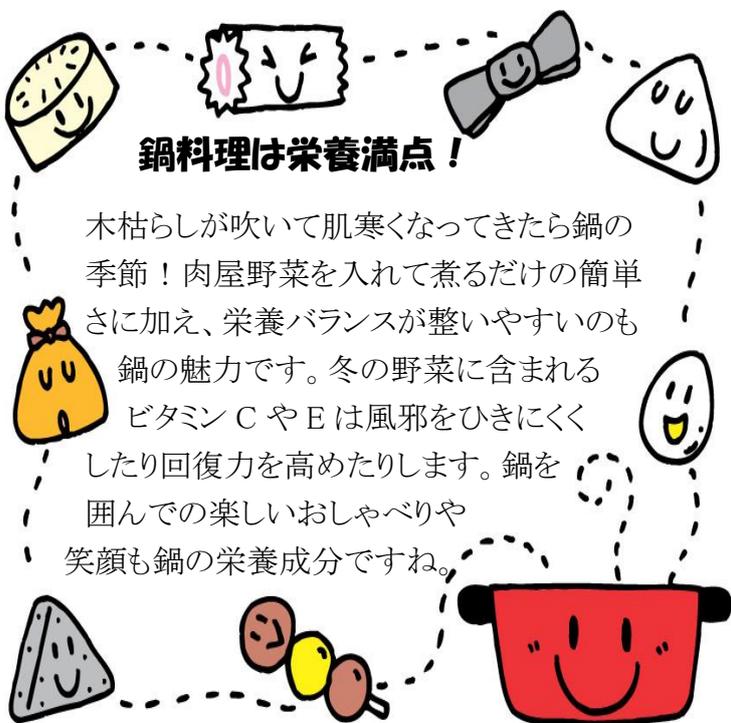
冷たい風の中、サクラソウが初春を告げるようにピンクの可愛い花を咲かせています。2023年も「エンジェルルーム」で新しい出会い、ふれあい、学び合いがたくさんありますように、そして未来からの贈り物である子どもたちが、のびのびと健やかに育っていただけますようエンジェルルームでは、皆さんの子育てを応援していきたいと思ひます。



利用者の皆様へ 新型コロナウイルス感染症及びインフルエンザの感染拡大防止のため
みんなが安心してエンジェルルームを利用できるようご協力お願いします。

- ☆入館の際の検温(自宅でも検温をしたうえでご利用ください)・マスクの着用・手指の消毒をお願いします。
- ☆同居家族が在籍する学校・幼稚園・保育園等で感染症のため休校・休園・学年閉鎖となっている方は利用不可。
- ☆新型コロナの感染状況により予定が中止や変更になる場合がありますのでご了承ください。

育児ワンポイント



鍋料理は栄養満点!

木枯らしが吹いて肌寒くなってきたら鍋の季節!肉屋野菜を入れて煮だけの簡単さに加え、栄養バランスが整いやすいのも鍋の魅力です。冬の野菜に含まれるビタミンCやEは風邪をひきにくしたり回復力を高めたりします。鍋を囲んでの楽しいおしゃべりや笑顔も鍋の栄養成分ですね。

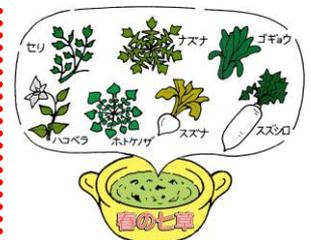
冬のお風呂の温度は

冬は外気温が下がるので、温かいお風呂でしっかり温まりたくなりますが、それは大人だけです。赤ちゃんや子どもは皮膚が薄いため、大人にとっての「ちょっと熱めの湯」では熱すぎます。冬なら37度から、熱くても40度くらいにしましょう。それくらいが子どもたちの体にとっては適温です。また、湯船に入っている時間は長くても10~15分くらいにしましょう。



七草がゆで、ひと休み・・・ 1月7日は「人日(じんじつ)」五節句のひとつ。

七草の節句とも言われ、この日に七草粥を食べる習慣があります。せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、スズシロ、この春の七草をおかゆでいただき、正月料理で疲れたお腹を少し休めてあげましょう。





☆室内・園庭利用時間 毎週月曜日～金曜日 9時～12時・13時30分～15時30分(祝日休み)

☆子育て相談・電話相談もお気軽にお声をおかけ下さい。(ひとりで悩まないでね)

☆プログラム以外の日は支援室や園庭で親子でゆったりのおんびり遊べます。午後支援室は開放しています。

日	曜日	予約	1月の予定
4			園庭
5	木		室内
6	金		
9	月		成人の日
10	火	☆	あかちゃん講座
11	水	☆	あかちゃん講座
12	木	☆	赤ちゃん遊ぼう①
13	金		
16	月		
17	火	☆	星の子①
18	水	☆	講座 (午後は園庭)
19	木		
20	金		リトルエンジェル(清里)
23	月		
24	火	☆	赤ちゃん遊ぼう②
25	水		
26	木	☆	星の子②③
27	金		サークル貸切
30	月		
31	火	☆	講座

星の子広場①②③ (年齢別遊び) (要予約)

※1月の誕生会もあります。

17日(火)星の子①令和3年生まれの子
「アンパンマンのでんでん太鼓作ろう」

26日(木)星の子②令和2年生まれの子

26日(木)星の子③平成1年生まれの子

「アンパンマンのコマを作って遊ぼう」

※時間はいずれもAM. 10:00～11:00

※予約は随時受け付けます。



☆赤ちゃん遊ぼうと手遊びリンパ (要予約)

赤ちゃん遊ぼう①12日(木)生後8ヶ月までの子
会場 生涯学習センター2階和室

赤ちゃん遊ぼう② 24日(火)6ヶ月から歩行前の子
リンパマッサージと「鬼のお面作ろう」

会場 エンジェルルーム

※時間はいずれもAM. 10:00～11:00

持物いずれもバスタオル

予約は随時受け付けます



2月の講座のお知らせ

日時 9日(木) AM10:00～11:00

「キャンディーレイを作ろう」(要予約)

対象は2歳以上の子

※予約は1月の18日から受け付けます。



お知らせ

1月25日(水)は園行事がある為、駐車場が利用できませんのでご了承ください。

講座 節分のリースを作ろう(要予約)

日時 18日(水) AM10:00～11:00

「鬼やお福さんもいる楽しいリースをお子さんと作ってみませんか」

対象は星の子②と③の子

「鬼は外・福はうち」豆まき(要予約)

日時 31日(火) AM10:00～11:00

対象は1歳半以上の子

予約はいずれも随時受け付けます

※1/18の講座はアイロンビーズを計画していましたが都合により「節分のリース」に変更させていただきます。

