

【2月の予定】

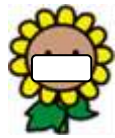
月	火	水	木	金	土
		1 ☀️ ファミサボ来所	2 ☀️	3 ☀️	4 👩👧👦 マタニティママ
6 ☀️	7 ☀️	8 ☀️	9 ☀️	10 👩👧👦 キンダーママ企画会	11 🇯🇵 建国記念日
3 ☀️	14 ☀️	15 ☀️	16 ☀️	17【要予約】 👩👧👦 親子で楽しむ写真教室	18 🛌 お休み
20 ☀️	21 ☀️	22 ☀️	23 👑 天皇誕生日	24【要予約】 📖 絵本づくり	25 🛌 お休み
27 ☀️	28 ☀️	3月 1 ☀️	2 ☀️	3 👩👧👦 キンダーママ企画会	

**\*ひまわり印は“おいで”の日♪ [9:00~14:00]**

予約入りません。好きな時間に来て！帰って！自由にどうぞ！  
 <1月27日から高知県の対応ステージが引き下げられたためやっと平常開所に戻りました！>  
 \*11:45~ ランチタイム (昼食をとりたい方は持ってきてくださいね)  
 \*<ほっとCafé>もやってます！

**ひき続きお願いします！**

- ① 不織布のマスク着用
- ② 手指の消毒 / 手洗い
- ③ 検温 (来所者全員)



\*いつもと違う様子が見られる場合 (下痢や咳の症状があるなど)  
 \*37.5度以上の熱がある場合  
 \*37.5度以上の熱が下がって **48時間経過していない** 場合  
 上記の場合には入室をお断りすることがあります  
 \*感染症対策として、室内のこまめな換気・加湿・空気清浄・消毒をおこなっています。  
 \*安心して訪れることができますように、みなさんのご理解とご協力をお願いします！

キンダーママのブログやっています！  
 ママ目線の情報発信です。  
 どうぞそいでみてください！



キンダーガーデンおおしの (大篠保育園内) 南国市大桶甲 2504  
**☎ (088) 863-5515**

困った時 誰かと話したくなった時  
 来所予約・お問い合わせ etc... どうぞ気軽にお電話ください

● **キンダーガーデンおおしのだより**

<2023年2月1日発行>



2月3日は節分。あけて4日は立春です。  
 節分は「みんなが健康に過ごせますように」という  
 意味をこめて、悪いものを追い出す日。  
**「鬼は〜外！ 福は〜内！」** のかけ声で  
 豆をまいて鬼を追い払きましょう！

〜みんなにいいこといっぱいありますように！〜



〜食品による子どもの窒息・誤嚥 (ごえん) 事故に注意！〜  
 ・豆やナッツ類など、固くてかみ砕く必要のある食品は5歳以下の子どもには食べさせないでください。  
 咽頭や気管に詰まると窒息しやすく、大変危険です。小さく砕いた場合でも気管支炎になるリスクがあります。  
 ・食べている時は、姿勢を良くし、食べることに集中させましょう。物を口に入れたままで、走ったり、笑ったり、泣いたり、声を出したりすると、誤って吸引し、窒息・誤飲するリスクがあります。  
 \*節分の豆まきは、個包装されたものを使用するなど工夫を行い、子どもが拾って口に入れないように、後片付けを徹底しましょう。  
 < 消費者庁 注意喚起より 抜粋 >

**教えてファミリーサポートセンターのこと！**

子育て応援のサービスのひとつにファミリーサポートセンターがあります  
 どんな時に利用できるのか、ちょっとわかりにくいなあ...という声にお応えして  
**2月1日 (水) 10:00~11:30 キンダーのお部屋**  
 ファミリーサポートセンター 吉田 ゆきさん 来所  
 \*予約はいりません。ファミリーサポートセンターのこと聞いてみましょう

**++マタニティママ集まれ++ ~おしゃべりしましょ~**

2月4日 (土) 9:30~11:30



高知県助産師会所属助産師 小松あさみさんを交えて  
 妊娠期や出産のこと  
 これからの生活のこと etc...おはなししましょ♪

\*今年度4回目の最終回になります。  
 赤ちゃん用品の“もらってちょうだいコーナー”もあります！

☎にて申込み受付中！予約なしやオンラインでの参加もできます。  
 気軽にお問い合わせくださいね。

**令和5年度のキンダーママ大募集中！**

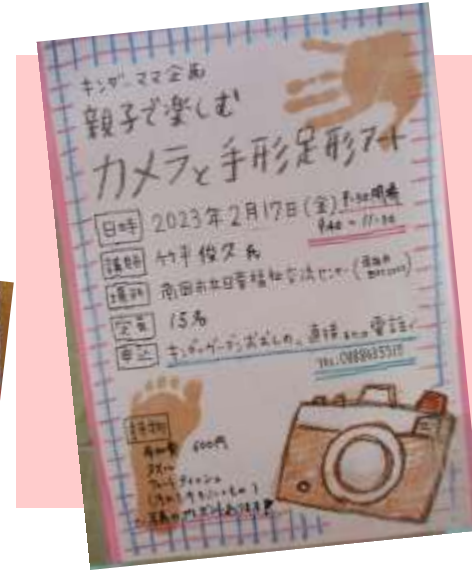
ママたちの声をからやりたいことを探り、リフレッシュできる活動の企画と実行  
 ママ目線の子育て情報を、お手紙やブログで発信してくれているキンダーママ！  
 今年度活躍してくれたキンダーママの4人中3人のママが子どもさんの入園で  
 キンダーを巣立っていきます。

現在4月からキンダーママとして活躍して下さる方を**募集中**です！  
 月に1回企画会の話し合いに参加して意見を  
 を出し合い進めていきます。  
 もちろん親子で参加ですよ！



~あなたの力を貸してください！~

<企画会の様子> みんなで意見を出し合います

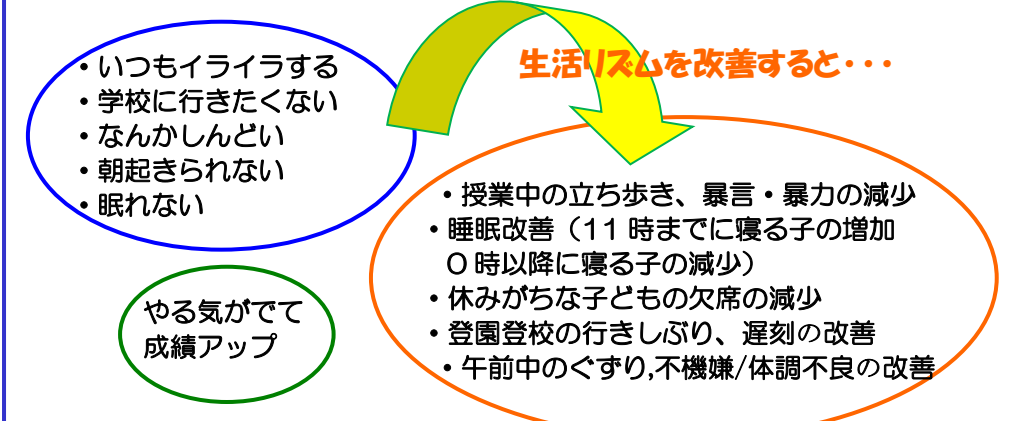


<只今申込み受付中>

~世界にひとつだけの絵本を作りませんか?~  
 児童家庭支援センター 高知みそのさんとのコラボ企画として実施してきましたがいよいよ最終回になります。  
**2月24日 (金)**  
 ① 9:00~ ② 10:00~ ③ 11:00~  
 \*1時間1組限定です。大切な思い出を一冊の小さな本にして残してあげませんか！

**ちょっとおみみき**

高知家の「早寝・早起き・朝ごはん」フォーラム2022に行ってきました！  
**生活リズム名人 ~虎の巻~ その2**  
 保護者のみなさまへ  
 いろいろな不調は、生活リズムの乱れが原因かもしれません。  
 その乱れを改善するためには、規則正しい睡眠が重要です。「生活リズム改善」に取り組んだ家庭や学校から、うれしい成果が報告されています。



**おなかの中の赤ちゃんからの「みんいく」が大切です**

**【胎児期】**  
 胎児は、母親の体の一部として24時間(1日)を生活しています。  
 特に、妊娠中期以降は母親の生活に同調し始め、赤ちゃんの体内時計がつくられていきます。  
**【1歳半~2歳】**  
 2歳までに毎日に経験から少しずつ1日24時間の体内時計が獲得されます。(昼寝は15時までに1日1回が適当です)  
 2歳頃までに体内時計が獲得できていない場合でも、生活リズムを整える努力を続けることで、5歳頃までに体内時計を修正していくことが可能です。  
**【3歳~5歳】**  
 子どもは規則正しい生活リズムにより規則正しい体内時計をみにつけていきます。  
 <高知家 早寝 早起き 朝ごはんフォーラム2022 リーフレットより抜粋>



\*フォーラムに参加して、「体内時計」をみにつけることの大切さを改めて知る事ができました。学校での学習と考えると、まだ少し先のようにも思われますが...  
 今やれることやらなければならぬことを、しっかりみにつけてあげたいですね！