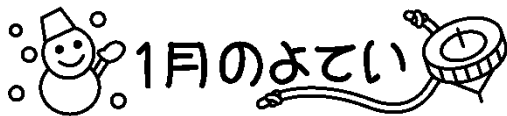


太田さくら認定子ども園子育て支援センター

新年明けましておめでとうございます。

新しい一年が穏やかで笑顔あふれる年になりますよう、お祈り申し上げます。

今年も支援センターでは、親子で楽しい時間が過ごせるよう、様々な活動を企画していますので、元気に遊びに来てくださいね！本年もどうぞよろしくお願ひいたします。



★今月のうた★

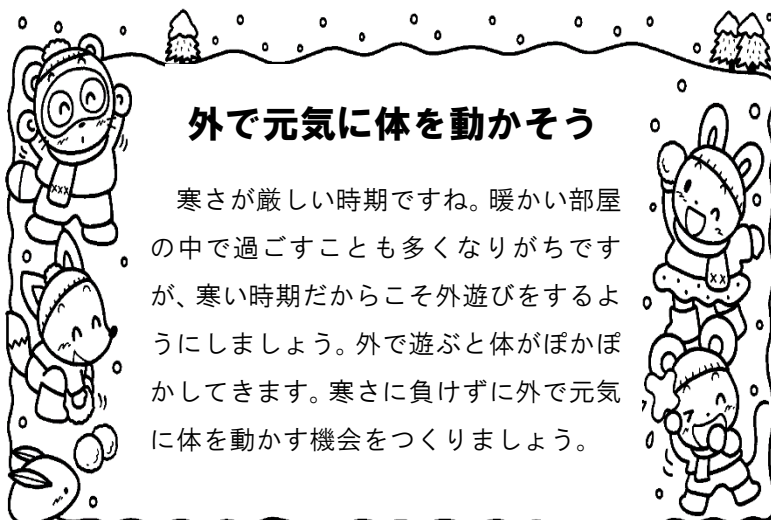
「たこのうた」

「あめちょこさん」

15日（水） お正月の遊び

22日（水） 大きな紙で絵を描こう

29日（水） 節分製作
身体測定
誕生日会



外で元気に体を動かそう

寒さが厳しい時期ですね。暖かい部屋の中で過ごすことも多くなりがちですが、寒い時期だからこそ外遊びをするようにしましょう。外で遊ぶと体がぽかぽかしてきます。寒さに負けずに外で元気に体を動かす機会をつくりましょう。

～具合が悪い時の食事～



お子さんが発熱したとき、食欲がなくても水分と電解質（イオン）はとったほうがいいとされています。糖分の入ったジュースや塩分の入った薄味のスープなど、口にしやすいものを飲ませてあげましょう。食事消化に悪いものは避け、うどん、豆腐、やわらかく煮込んだ食物繊維の少ない野菜、すりおろしたリンゴなど食べやすいものを摂ると良いでしょう。