



高瀬ひまわりこども園

子育て支援センター



11月号



予約日時

11月5日(火) 13時～

空きがあれば随時募集しています。

玩具遊び

11月7日(木)
10時～11時

対象年齢：0歳児から5歳児

沢山の玩具でたくさん遊びましょう！お気に入りの玩具が見つかるかも？！

※動きやすい服装でお越しください。

廃材遊び

11月20日(水)
10時～11時

対象年齢：1歳児から5歳児

様々な素材を使って感触遊びを一緒に楽しんでみませんか？

※汚れても良い服装でお越しください♪

感触遊び

11月29日(金)
10時～11時

対象年齢：0歳児から5歳児

不要になった材料を使って様々な遊びを楽しんでみませんか？

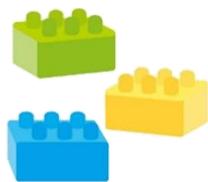
※動きやすい服装でお越しください。

11月の
園庭開放は...

11日(月) 19日(火) 25日(月)
10時～11時 ※予約は不要です。

★育児相談のご案内★

月・金 10時～16時 電話でも受け付けています。



06-6996-0301 高尾(効材)まで





保健だより

インフルエンザ対策はお早めに

インフルエンザに感染すると、高熱、せきや鼻水、のどの痛み、筋肉痛などのつらい全身症状を伴います。家族からうつることも多いので、みんなで予防を心がけましょう！

予防のために

- ① 予防接種を受けるようにする
- ② 外から帰ったら、必ずうがいと手洗いをする
- ③ 栄養のある食事と、水分をしっかり取る
- ④ 室内の湿度、温度に気をつけ、こまめに換気する
- ⑤ 室温は 20℃ 前後、湿度は 60% くらいを保つ
- ⑥ 人込みを避ける



たっぷりの睡眠も大切！



家族みんなでガラガラうがい

かぜの予防に大切なうがいですが、習慣づけるのはなかなか大変ですね。まずはお母さん、お父さんがやって見せるのがいちばん！ 外から帰ったらすぐ「一緒にやろう」とお子さんを誘ってください。みんなでガラガラすれば、かぜなんかこわくない！ 小さい子は、口に水を含んで「ペツ」と吐き出すだけでも効果があります。

