

すこやか通信 1月 第201号



子育て支援センター ぽけっとランド
高知市鴨部860-1 ☎828-4781

明けましておめでとうございます。新しい1年が、皆さんにとって、笑顔あふれる年となりますようお祈り申し上げます。

冬の季節を楽しみつつ、健康管理に気をつけて過ごしていきましょう。

本年もよろしくお願ひいたします。

{ 1月の育児講座 }

○わらべうたベビーマッサージ

*日時…1月16日(火) 午前10時00分～11時00分

*場所…ぽけっとランドフロア

*講師…高知愛児園の保育士さん

*持ち物…バスタオル

申し込みはいりません。たくさんの参加をお待ちしています。



○助産師さんの育児講座・育児相談

*日時…1月18日(木) 午前9時30分～11時30分

*場所…ぽけっとランド談話コーナー

*講師…助産師 竹崎恵さん

★育児に関する講話後、個人的に相談に乗って頂く時間をもうけています。

事前申し込みはいりませんので、ご自由にご参加下さい。



{ 2月の行事予定 }

○節分 2日(金) ○ ヨガ教室 8日(木)

○よちよちランド 16日(金) ○2時閉所1日15日(木)

○リズム遊び 7日・14日・21日(水)

○絵本の読み聞かせ 9日(金) ○誕生会 22日(木)



1月の行事予定



月	火	水	木	金	土
1 お休み	2 お休み	3 お休み	4 2時閉所	5	6
8 お休み 成人の日	9	10 リズム	11	12 絵本の 読み聞かせ	13 学園短大 絵本の 読み聞かせ
15 お休み	16 育児講座 わらべうた マッサージ	17 リズム	18 育児相談 助産師 2時閉所	19 絵本の 読み聞かせ	20
22 お休み	23	24	25 誕生会	26 絵本の 読み聞かせ	27
29 お休み	30	31			

*リズム、絵本の読み聞かせ、誕生会は10時30分からです。

お知らせ・お願い

1月より、土曜日の利用時間を
各家庭 1時間30分



2時間

に変更しますので、お知らせします。

初回利用以外の方は、名札の用意を
各家庭持参してください。

ご協力お願いします。

湿度について

子どもも大人も快適な室温は40～60%。肌の薄い乳幼児は特に乾燥に弱いので、加湿器などを利用して、空気が乾燥しすぎないように調節します。空気が乾燥するとウイルスの活動



も活発になり、風邪もひきやすくなります。