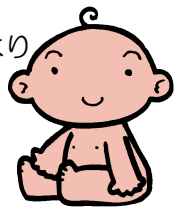




子育て通信



2月の予定 ※諸事情により予定の変更もあります。詳しくは各施設へお問い合わせください。

日	月	火	水	木	金	土
 <p>8日 からだであそぼう ひよびよ 概ね1歳~1歳5ヶ月の 幼児と保護者 ★10:30~11:15 大和町児童支援センター</p>		<p>1 おもちゃびょういん どなたでも 10:00~11:30 大和町児童支援センター</p>	<p>2 離乳食セミナー 対象:生後9か月~ 1歳頃のお子さん ★10:00~12:00 健康支援課</p>	3 節分	<p>4 立春 子育てサロン きらきら どなたでも 10:00~11:00 町民研修センター</p>	5
		<p>2日栄養相談 生後2ヶ月~未就園児 ★11:00~12:00 大和すぎのこ保育園</p>	<p>10日 からだであそぼう ばおーん 概ね1歳6ヶ月以上の幼児と保護者 ★10:30~11:15 大和町児童支援センター</p>	<p>11 建国記念の日 休日当番医 瀬戸医院 ☎345-2630</p>	<p>10日 ママサロン どなたでも ★10:30~11:30 もみじヶ丘児童館</p>	<p>12 </p>
<p>6 休日当番医 杉山医院 ☎359-4123</p> 	<p>7 ベビーマッサージ 生後2ヶ月~1歳未満 ★10:30~11:30 オイル代300円 大和すぎのこ保育園</p>	<p>8 すくすく健診 対象:令和3年9月生 ※受付時間は対象者へ 個別通知いたします</p> <p>キッズ広場 1歳以上のお子さん ★10:30~11:30 大和すぎのこ保育園</p>	<p>9 ふらっと どなたでも ★10:30~11:00 杜の丘児童館</p>	<p>10 2歳6ヶ月児歯科健診 対象:令和1年7月生 ※受付時間は対象者へ 個別通知いたします</p> <p>金子さんのおはなし会 ★10:30~11:00 大和すぎのこ保育園</p>	<p>10日 マサロン どなたでも ★10:30~11:30 もみじヶ丘児童館</p>	
<p>13 休日当番医 大和クリニック ☎345-3411</p>	<p>14 バレンタインデー</p> <p>22日 チャイルドヨガ 1歳以上のお子さん ★10:30~11:30 大和すぎのこ保育園</p>	<p>15</p> <p>16日 おはなし会(もみじっ子) 10:30~11:30 まほろばホール</p>	<p>16 1歳6ヶ月児健診 対象:令和2年7月生 ※受付時間は対象者へ 個別通知いたします</p>	<p>17 3歳児健診 対象:平成30年7月生 ※受付時間は対象者へ 個別通知いたします</p>	<p>18 親子工作広場 乳幼児とその保護者 ★10:30~11:30 もみじヶ丘児童館</p>	19 雨水
<p>20 休日当番医 深見内科循環器内科医院 ☎345-3693</p>	<p>21 赤ちゃん広場 1歳未満のお子さん ★10:30~11:30 大和すぎのこ保育園</p>	<p>22 もの杜パーク どなたでも ★10:30~11:00 杜の丘児童館</p>	<p>23 天皇誕生日 休日当番医 中谷クリニック ☎351-8033</p>	<p>17日 おはなし会 乳幼児とその保護者 ★10:30~11:00 大和町児童支援センター</p>	<p>25 子育てすこやか相談 ※予約制</p> <p>おはなし会 どなたでも ★10:30~11:00 もみじヶ丘児童館</p>	<p>26</p> <p>25日 スペシャルすぎのっこ 冬の音楽会 生後2ヶ月~未就園児 ★10:00~10:45 大和すぎのこ保育園</p>
<p>27 休日当番医 富ヶ丘内科・アレルギー科 ☎343-5512</p>	<p>28 赤ちゃん広場 1歳未満のお子さん ★10:30~11:30 大和すぎのこ保育園</p>	<p> ★印がついている行事は、要予約 となりますので、各主 催者へご連絡をお願いいたします。 </p>				

新型コロナウイルス感染症のストレスについて

新型コロナウイルスの長期化により、小中学校においてもさまざまな体験活動が制限されるなど、子どもたちの生活に大きな変化をもたらしました。家庭内での問題も深刻化している昨今、これまでとは違うストレスを抱えている方が多いようです。遊びや仕事が制限されるという、大変特殊なストレスフルな環境が続いています。

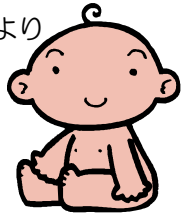
先日、知り合いの医療ワーカーにお会いした時に、いま大切なことは「反応するのではなく対応すること」とおっしゃっていました。不安を感じることは当たり前の感情ですが、過剰に心配するとそれが心身に悪い影響を与えてしまうので、いまできることー手洗い、うがい、マスク、人混みをさけることをしっかりしたうえで、生活のリズムを整え、十分な睡眠が必要とのことでした。

そこで、彼女に簡単にできるコロナうつ予防法をいくつか教えて頂いたのですが、毎日の入浴の時に、少し熱めのお湯に入って身体の芯まで温めることも効果があるそうです。具体的には、40度で20分、41度で15分、42度で10分湯船につかるといった具合です。そうすることで体が温まり、リンパ球を活性化することで免疫力が高まるとのこと。ネットで「HSP入浴法」を検索すると、詳しい入浴法がわかるそうです。

コロナ収束まで、先が見えない日々が続いていますが、免疫力を高めておくことも重要な予防策でしょう。



子育て通信



3月の予定 ※諸事情により予定の変更もあります。詳しくは各施設へお問い合わせください。

日	月	火	水	木	金	土
		1 おもちゃびょういん どなたでも 10:00~11:30 大和町児童支援センター	2 あきらちゃんコンサート 幼児親子先着20組 ★10:30~11:30 もみじヶ丘児童館 ※予約は宮床児童館へ	3 ひな祭り	4	5 おはなし会(おはなしの森) 10:30~11:30 まほろばホール
6 休日当番医 新富谷S・レディース クリニック(産婦人科) ☎348-3534	7 ベビーマッサージ 生後2ヶ月~1歳未満 ★10:30~11:30 オイル代300円 大和すぎのこ保育園	8 おはなし会 どなたでも ★10:30~11:00 もみじヶ丘児童館	9 ぶらっと・もり杜パーク 合同ありがとうの会 どなたでも ★10:30~11:00 杜の丘児童館	10 3歳児健診 対象:平成30年8月生 ※受付時間は対象者へ 個別通知いたします	11 子育てサロン きらきら どなたでも 10:00~11:00 町民研修センター	12 町内中学校卒業式
13 休日当番医 日吉台きむら内科 ☎348-0722	14 ホワイトデー ワークショップ 1歳未満のお子さん ★10:30~11:30 大和すぎのこ保育園	15 キッズ広場 1歳以上のお子さん ★10:30~11:30 大和すぎのこ保育園	16日 おはなし会(もみじっ子) 10:30~11:30 まほろばホール	ママサロン どなたでも ★10:30~11:30 もみじヶ丘児童館	親子工作広場 乳幼児とその保護者 ★10:30~11:30 もみじヶ丘児童館	19
20 休日当番医 Town Clinic En ☎358-1976	21 春分の日 休日当番医 富谷中央病院 ☎779-1470	15 すくすく健診 対象:令和3年10月生 ※受付時間は対象者へ 個別通知いたします	16 マタニティセミナー レッスンコース ※予約制	17 2歳6ヶ月児歯科健診 対象:令和1年8月生 ※受付時間は対象者へ 個別通知いたします	18 町内小学校卒業式	17日 おはなし会 乳幼児とその保護者 ★10:30~11:00 大和町児童支援センター
27 休日当番医 吉岡まほろばクリニック ☎345-9901	28	22	23 1歳6ヶ月児健診 対象:令和2年8月生 ※受付時間は対象者へ 個別通知いたします	16日 お楽しみ会 生後2ヶ月~未就園児 ★10:30~11:30 大和すぎのこ保育園	25 子育てすこやか相談 ※予約制	26
		29	30	31	<div style="border: 2px dashed black; padding: 5px;"> <p>★印がついている行事は、要予約 となりますので、各主催者へご連絡 をお願いいたします。</p> </div>	

子育て体験談 vol.52 こんな子育てしています編

「大きくなりますよ、このくらい必要ですよ」中学の制服の採寸のときである。スラックスの折り返しが膝くらいまで必要だ、と店員さん。えー、こんなに要るの!?と思った。

今年の冬休み。コロナ禍で会っていなかった米沢の祖父母に、息子がひとりで会いに行くと言い出した。高速バスに乗り仙台駅へ、そこで米沢行き的高速バスに乗り換える。「乗り継ぎまで何してっかなあ」なんてつぶやきながらバス時刻を自分で調べている。

「かかあ、バチュがきたよ。プーンって」と言っていた息子がここまで成長したのね…と、シミジミモードの私をよそに、「じゃ行ってきます」といつも通りの息子。3日後。「『なんだべ! こがに大きくなって!』って言われた。ばあばのゼンマイの煮物と漬物が美味かった!」私には懐かしい味を携えて帰ってきた。

始業式。制服姿の息子を見る。今になり、あの店員さんはさすがプロ!すごい!と思う。あの時から25cm以上身長が伸びた。卒業式前に最後の裾出しをしなければ。

お問い合わせ先

- 吉岡児童館 (345-4065) 宮床児童館 (346-2059) 吉田児童館 (345-3009) 鶴巣児童館 (343-2138) 落合児童館 (345-4058)
- もみじヶ丘児童館 (358-0616) 杜の丘児童館 (341-7156) もみじヶ丘保育所 (358-8555) 菜の花保育園 (739-9056)
- 大和すぎのこ保育園 (344-0031) すみれの花保育園 (739-7263) 杜の丘保育園 (347-4711) 大和町児童支援センター(344-7311)
- 子育てサロンきらきら(代表 佐々木 342-2444)
- おもちゃびょういん・ひまわり(代表勝又 090-8616-2636) 大和町健康支援課 (345-4857) 大和町子育て支援課 (345-7503)
- まほろばホール (344-4401) 大和町社会福祉協議会 (345-2156)