



# ひろば 12月の活動内容

ひろばでは、さまざまなイベントを企画しています。  
毎週恒例のものから月1回のスペシャル企画まで…  
気になるものがあれば、ぜひぜひご参加下さいね！

## 毎週(月)

10時から12時まで

### 赤ちゃんタイム

第1子が0歳の子どもと保護者のみ  
が集まる時間です。皆でゆっくりお話し  
しましょう♪妊婦さんの参加も大  
歓迎です！

## 12月20日(金)

10時30分～11時30分

### 助産師さん訪問日

今回は、ハンドマッサージをしなが  
らの育児相談を行っていただきます。  
1人10分程度でお願いします。

時間が限られていますので、  
譲り合いも大切に♡



## 12月3日(火)

事前申込者のみ

### 乳幼児クラブinぽっかぽか

秋期最終日です。とことこ組  
10:15-11:10、よちよち組11:15-  
12:10です。詳しくは乳幼児  
クラブブログをご覧ください。

## 毎週(火)

10時30分から12時まで

### 京生子おばちゃんのきれい字ママ講座

初回1,000円 2回目以降700円(月2回受講可能な方)

子どもの成長と共に人前で字を書くことが  
増えていきます。来所時間を使って、目指  
せ！きれい字ママ！！

パパとのこと、2人目の  
こと、家族との関係、お  
友達との関係etc…  
なーんでも聞いてね☆

## 毎週(水)

10時から11時30分まで

### 0+1(ゼロいち)タイム

赤ちゃんタイムを卒業した子ども達、現役赤  
ちゃんタイム利用の子ども達と保護者の方の  
時間です。皆で輪になってワイワイおしゃべ  
りしましょう♪大きくなっていく子ども達の成  
長が楽しみ！お弁当を皆で食べるこ  
とで、さらに色々な話ができてい  
るようですよ。楽しいよ～！

## 12月12日(木)

10時から11時30分まで

### 紙コップで遊ぼう！

約2000個の紙コップを準備しています。か  
じるもよし、つぶすもよし、重ねるもよし、並べ  
るもよし…いろいろな遊び方ができる紙コッ  
プで安全に楽しく遊びましょう♪ぽっかぽか  
で大人気の遊びです。

遊ぶ前と遊んだ後のお片付けも皆で力を  
合わせて行います。

## 12月11日(水)

10時から12時まで

### きくちゃんの何でも相談タイム

いろいろな人生経験をしてきた助産師さんの「きく  
ちゃん」が、ひろばに遊びに来てくれますよ！  
とっても穏やかで優しく話を聞いてくれる、きくちや  
ん。何か気になること悩んでいることがあれば、  
何でも気軽に相談してみてくださいね。

♪天気の良い月曜日に開催♪

### 公園タイムin中央2丁目公園

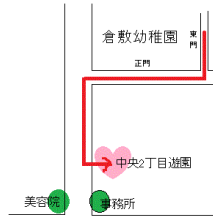
12月も「中央2丁目公園」で、月曜日午前  
中お待ちしております！ずい分寒くなってき  
ていますので、お子さんはもちろん、ママご  
自身の体調ともよく相談して来て下さいね。  
スタッフは天気の良い日にお待ちしてい  
ます！

## 12月6日(金)

10時から11時30分まで

### ホールプールで遊ぼう！

お風呂ごっこをしたり、いろいろな物に見立てて遊  
んだり、子ども達によって遊び方はさまざまです。た  
くさん遊んだ後はみんなでお片付けをします。子ど  
も達も一緒に頑張ります！



## のびのび広場

(倉敷幼稚園が行っ  
ているもの)は12/4  
(水),18(水)にあり  
ますよ！園庭で元気  
いっぱい遊びましょ  
う。10時から11時3  
0分までです。受付で  
申込が必要です。

1時30分から13  
時までが昼食時間  
です。お昼ご飯を食  
べる前におもちやを  
片付けてから、食  
べる準備を始めましょ  
う。みんなで協力し  
て、机や椅子を準備  
しましょうね。

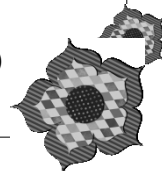
スタッフみんなの手遊びと紙芝居の時間が

あります。お片付けの後、椅子を準備して「はじまるよ」  
を歌ったら椅子に座って集中してお話を聞きます。

# ぽっかぽか通信



第58号 平成25年 11月21日発行  
 ひろば・ぽっかぽか  
 (倉敷市中央2丁目7-1 倉敷幼稚園2階)  
 TEL & FAX (086)427-5550



早いもので、2013年も残すところ後1か月あまりとなりました！ひろばでは徐々に大掃除の準備を始めています。皆さんおススメの大掃除テクニックがあれば、ぜひ教えていただきたいな～。

風邪引きさんも増えてきています。手洗い・うがいはもちろん、咳エチケットも忘れずに♡

## 12月の予定

月 10時～15時	火 10時～15時	水 10時～15時	木 10時～15時	金 10時～15時
2 お休み！	3 (乳幼児クラブ) (きれい字ママ)	4 0+1 タイム	5	6 ボールプール
9 赤ちゃん 公園タイム	10 (きれい字ママ)	11 0+1 きくちゃん	12	13
16 赤ちゃん 公園タイム	17 (きれい字ママ)	18 0+1 タイム	19	20 助産師s
23 お休み！	24 (きれい字ママ)	25 0+1 タイム	26 紙コップ	27 大掃除
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">                     今年のひろばは27日(金)までです。平成26年1月6日(月)からひろば開きます。今年ひろばをご利用いただき、ありがとうございました♡                      気が早いけど、良いお年をお迎え下さいね～！！                 </div>				



## 妊婦さんご注意を！伝染性紅斑(りんご病)

頬が赤くなる病気、伝染性紅斑。頬が赤くなった時点での感染力はあまりありませんが、赤くなる前が非常に感染力が強い病気で、知らず知らずのうちに感染してしまう危険があります。あまり知られていませんが、**妊婦さんが感染すると、胎児水腫、流産、死産の影響があります。**予防接種はありませんが、一度かかっていたら抗体ができます。ひろばを利用する妊婦さん、または妊娠を望まれている人は、抗体があるか検査をしていただくことをお勧めします。抗体がない方は、マスクの着用、うがいですっかり予防しましょうね！



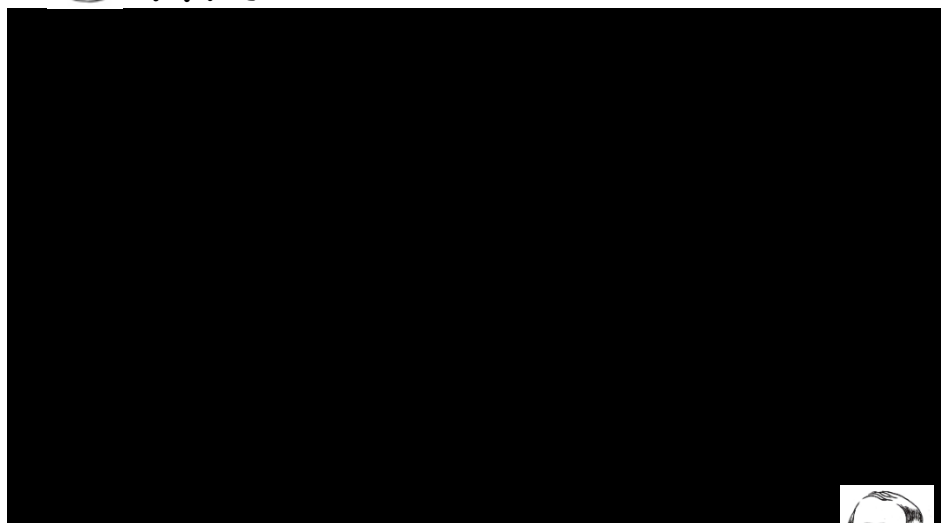
## インフルエンザが気になる季節！

インフルエンザのワクチンの予約をしたよとの声を聴くようになりました。予防接種は死んだ菌を接種するとはいえ、菌を体に入れるということです。予防接種を受けた後は、自宅で安静にして、体の様子に変化がないか見ることが大切です。

また、乳幼児がインフルエンザに感染した場合、**解熱後5日を経過するまでは、他の人に感染する可能性があります。**感染拡大を防ぐためにも、解熱後5日経つまでは、ひろばの来所を控えていただきますようお願い致します。



## 子育てコラム



出張ひろば・ぽっかぽかプラスは毎週木曜日10時から15時まで。  
 (アリオ倉敷東入口向かい、寿不動産裏の住宅です)

児童精神科医 佐々木 正美先生

