

ひろば☆ぽっかぽか

ひろば・ぽっかぽかでの様子、特別行事などの活動報告、情報提供のコーナーです。新年気持ちも新たに新しいこと始めてみました！

皆さんに知っておいていただきたい情報もどんどん掲載予定です。

公園タイムin中央2丁目公園

冬季は天気の良い月曜日にするよ～！

12月までは、毎週月曜日に実施していた公園タイムですが、寒くなってきており、風邪も流行ってきています。そこで、1～3月までの寒い時期は、「天気の良い月曜日」のみ、スタッフが中央2丁目公園でお待ちしています。

小さい子は、極端に寒い日、風の強い日などは長時間の外遊びは控えましょう。

おさんはもちろん、ママの体調ともしっかり相談して、無理のないように外遊びを楽しみましょうね。みんなで元気に、寒い冬を乗り切ろう！

インフルエンザになった時の、ひろば利用についてのお願い

インフルエンザのワクチンをうったよとの声をき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のが大切です。

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。

感染症が気になる季節ですね～

風邪やノロウイルスなど、さまざまな感染症が流行る季節です。ひろばでは、おもちゃの消毒、加湿空気清浄機・手指消毒液の設置等、できる限りの対処をしております。しかし、ひろばは不特定多数の利用者さんが日々来られているため、安心して過ごしていただくには利用者さんお一人お一人の協力が不可欠です。ひろばに来た時の手洗い、咳・鼻水の症状がある場合のマスク着用をお願い致します。

体調が悪い時には無理をせず、おうちでゆっくり休もうね。

感染症は、もらわない！うつさない！ひろげない！

ももっこカードを交付しています！

おかや子育て家庭応援カード「ももっこカード」とは、妊娠中の方や小学校6年生までの子どもをもつ家庭を対象にカードを交付し、そのカードを協賛店等に提示することにより、協賛店独自の子育て支援サービスの提供が受けられる岡山県のシステムです。交付申請書にご記入いただいてからカードをお渡しします。ももっこカードをお持ちでない方は、お気軽にスタッフまでお声掛け下さいね。

出張ひろばもよろしくね

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)

パパウエルカムデー を行いました！

11月30日(土)に、パパウエルカムデーを行いました！組の親子が来てくれました☆

子ども達は、ママと一緒に来ている時とは違う様子を見せてくれました。皆で自己紹介タイムをしたり、お悩み相談をしたり・・・自然とみんなが触れ合える良い時間でした。

大好評のパパデーは次回2月に実施予定です。



警報発令時のひろばについて

ひろば・ぽっかぽかでは利用者の皆さんの安全を第一に考え、午前9時時点で倉敷地域に何らかの気象警報が出ている場合には、ひろばはお休みとさせていただきます。出張ひろば・ぽっかぽかプラスについても同様とさせていただきます。悪天候の時には、気象情報をご確認いただけたらと思います。

ご近所のお友達を作るチャンス！親子クラブがあるよ

健やかに子育てすることができるよう、就園前の子どもとその保護者が、公民館や公園を利用して座談会や季節ごとの活動(運動会、七夕、水遊び、クリスマス会など)、地域の人との交流などを行っています。また子育て中の友達づくりもできます。親子クラブはおおむね小学校区ごとに活動しています。

○問い合わせ先○ 市保健所倉敷保健推進室 (086)434-9822

託児サービス実施中♪

対象は、ひろばの利用者(平成25年度ひろば保険料支払済の方)で、6か月以上の健康な乳幼児です。

利用時間: 月～金9時から16時までの間で、1日最大4時間まで。

利用料金: 1時間300円。(延長料金は、30分毎300円)・・・予約時前払

電話での予約受付はしておりません。ただし、空き状況の確認は電話でもOK。

直接来所の上ご予約下さい。1か月前から予約受け付けています。

詳しくは、託児サービスチラシをご覧くださいか、スタッフまで気軽にお尋ね下さい。

1日最大3名までとさせていただきます。希望日が確定している場合、どうしても利用したい！という日の場合には、早めのご予約をお勧めします。

ひろば・ぽっかぽかは・・・

親も子も育ち合う場所 親子が安心して交流できる場所

親と親、子と子、親と子、みんなをつなぐ場所

不安な気持ちを支え合える場所

悩みなど安心して相談できる場所

をめざしています！

ぽっかぽか通信



12月といえば！クリスマス前の3連休♥計画を立てるのが楽しいです
ね♪12月27日(金)まで、ひろばは開所しています。新年1月は6日
(月)から始まります。皆さん、良いお年をお迎え下さいね♪

1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
6	7	8	9	10
13	14	15	16	17
20	21	22	23	24
27	28	29	30	31

**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！

**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～！

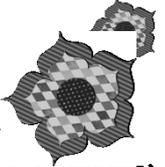
**毎週(火) 10時30分から12時まで
京生子おばちゃんのきれい字ママ講座**
初回1,000円 2回目以降700円(月2回受講可能な方)
子どもの成長と共に人前で字を書くことが増えていきます。
来所時間を使って、目指せ！きれい字ママ！！

**1月10日(金) 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。

**1月24日(金) 10時から11時30分まで
ボ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！

**1月29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、きくちゃん。
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。

第59号 平成25年 12月20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



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、手洗いうがいでしっかり予防しましょうね！



子育てコラム～眠りが育てる子どもの力

最近、日本睡眠学会の白川修一郎先生をはじめ、睡眠に関わる研究をしてこられた先生方を、
メディアで目にする機会が増えました。…五体満足に生まれてくれるだけで良かったはずなのに、子
どもの成長と共に親の期待も膨らみます…例えば、「みんなに愛される人になって欲しい」とか、「忍
耐強く、辛抱のできる社会人に…」とか、「他の人を思いやり、責任ある大人に」など色々です。…
この様な大人に育てる為の取り組みは、実は、生まれてすぐの赤ちゃんの時から始まっている事をご
存知でしたか？…子どもの本来持っている能力を最大限に咲かせてあげるのは私達大人の認識に
よります。今年子ども達にしっかりとした睡眠力をプレゼントしてあげませんか？

睡眠インストラクター 原 陽子さん



子育てコラム

