



あけましておめでとうございます。

今年も、ちびっこひろばをよろしくお願ひいたします。

お正月はどうでしたか？家族でお出かけしたり、お家でのんびり過ごしたりと、楽しく過ごされたことと思います。ちびっこひろばでも、新年を迎える気持ちを新たに、子どもたちがさまざまな経験を積んで成長していくよう、支えていきたいと思います。

まだまだ寒い日々が続くと思います。引き続きインフルエンザなどの感染症に注意して、子どもたちの健康管理・安全対策に取り組んでいきます。ご家族の皆様も体調を崩さないよう健康に十分留意してくださいね。

1月の予定

年明けは1月5日から開所しています。

- | | | |
|-----|------------|--------|
| 7日 | 親子教室 お正月遊び | 10:30~ |
| 16日 | 誕生会 | 10:30~ |
| 22日 | 毛糸の苔玉作り | 10:30~ |
| 26日 | 鬼の面作り | 10:30~ |



カレンダー作り

クリスマス会

正月飾り作り



子どもの服装 着せすぎでない？

上手な体温調節の仕方

大事なのは子どもが「自分自身で体温を調整する力」を育てること。

知っていましたか？汗をかくための「汗腺」の数は、赤ちゃんの頃から幼少期までに決定するといわれており、この時期に汗をかかないと汗腺が未発達で体温調節が出来ない子になる恐れがあるといわれています。

夏に暑いからといって極端に冷房を強く入れたり、冬は寒いからといって暖房をきかせすぎたりすると、子どもが自分で体温を調整して外気温に対応する力を育むことができません。

子どもは体温が高いので大人より寒さに強いです。心配しすぎて厚着をさせすぎると逆に動きにくくなり活発に遊べなくなってしまう方が子どもにとってはよくない事ですね。目安は大人より1枚少なめと言われています。



POINT!

薄着でも身体をたくさん動かしながら
身体を温めて体温調節する力を付けた方が、よっぽど健康的で
免疫力もついてきますよ！