

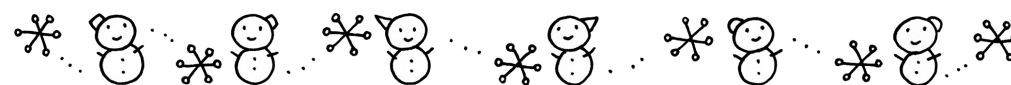


# あいいく通信

12月

街にクリスマスソングが流れ、花屋の店先に、まっかなポインセチアが、「メリークリスマス」というように咲いています。冷たい風が吹いてもなぜか心はポカポカワクワクする12月です。今年は寒暖の差が激しい冬となりそうです。体調管理に気をつけながら楽しみたいですね。

幼保連携型認定こども園  
深芝保育園子育て支援センター  
令和5年 12月



## かぜに気をつけましょう

元気に過ごせるように、日ごろから気をつけましょう。

- うがい、手洗いをしましょう。
- 室内の温度や湿度に気をつけ、定期的に換気をしましょう。
- 早寝早起きをしましょう。
- ご飯をしっかり食べて、体力をつけておきましょう。



今月の子育て支援講習会  
 手形アート「クリスマス」…5日(火)  
 手形足形を使ってクリスマスの飾りを作りましょう 6組限定

**冬至** 1年でいちばん  
 昼が短く、夜が長い日  
 が冬至です。冬至の日にカボチャを食べたりユズ湯に入ったりすると、かぜをひきにくくなるといわれています。寒くなるこれからの時季、体を温めてかぜに負けない強い体に変身しましょう。

☆今年の冬至は22日(金)です。



## 換気をこまめに

冬は寒くて窓を開ける回数が減り、室内の換気が十分できていないことがあります。暖房によって、室内の空気が汚れて頭がぼんやりしたり、かぜやインフルエンザのウイルスが増えたりします。健康に過ごすためにも、1時間に1回は窓を開けて換気するようにしましょう。



12月の予定

☆支援講習会…5日(火)  
 ☆園庭開放…月～金曜日

お知らせ

園行事の為、12月は園庭開放のみで支援室はお休みします

## 年末年始のお休みについて

年内は12月22日(金)となります。  
1月は9日(火)から開室しますので宜しくお願い致します。

