

## のびのび通信

No.108



令和2年11月末発行  
魚津市子育て支援センター  
Tel 24-0415

冷たい北風に本格的な冬の訪れを感じるこの頃。あっという間に2020年も最後の月となりました。今年は新型コロナウイルスが世界的に大流行し、今まで普通としてきたことが、がらっと変わってしまいました。色々と騒がしい世の中ですが、新年を迎える前の大切な1年のしめくりです。ご家族でお子さんの1年の成長をふり振り返りながら、良い年を迎えてくださいね。

### 12月21日(月)は 冬至 です

冬至は、1年の中でいちばん昼の時間が短く夜の時間がいちばん長い日です。冬は暖かいお日さまが出ている時間が短いのでとても寒くなります。寒さに負けず元気に過ごすため、ゆず湯に入ったりかぼちゃを食べる風習がありますがなぜ「ゆず湯」と「かぼちゃ」なのか知っていますか？

#### ゆず湯



諸説ありますが、ゆずの香りや薬効で、体を清める禊(みそぎ)の意味があったそうです。ゆずの木は、寿命が長く虫に強いという特徴があります。ゆずのように長生きし、無病息災でいたい、という願いが込められてゆずをお風呂に入れるようになったのではないかと、言われています。

#### かぼちゃ



野菜不足の冬場に、保存がきいてビタミンなど多くの栄養を含むかぼちゃを冬至に食べて冬を乗り切ろうという知恵が冬至にかぼちゃを食べる由来のようです。

地方によっては小豆粥やこんにやくを食べる地域もあるそうです。また、かぼちゃは「南瓜=なんきん」といい「ん」が2つ付くので「運氣取り」の意味で縁起がいいとされています。寒さはこれからが本番。ホックホックのかぼちゃと温かいゆず湯で寒い冬を乗り切りましょう！

### 『のびのび広場』予定表

♪親子で自由にご利用下さい。(利用時間…9:00~11:30、13:00~15:30)♪

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM
11月30日 助産師相談 身体計測 😊😊		12月1日 栄養士相談 😊😊		12月2日 保健師相談 😊😊 <small>〔4か月児 健診のため お休み〕</small>		12月3日 My Sweet Baby 撮影日 😊😊		12月4日 😊😊	😊😊
12月7日 助産師相談 身体計測 😊😊		12月8日 園に関する 相談日 😊😊 <small>〔1歳6か月 児健診のため お休み〕</small>		12月9日 (センター事業) 😊😊		12月10日 😊😊		12月11日 もぐもぐ教室 (予約制) 😊😊 <small>〔フツ兼塗 布のため お休み〕</small>	😊😊
12月14日 助産師相談 身体計測 😊😊		12月15日 😊😊		12月16日 赤ちゃん広場 😊😊		12月17日 製作日 ※先着10名まで 😊😊 <small>〔フツ兼塗 布のため お休み〕</small>		12月18日 こっくんルーム (予約制) 😊😊 <small>〔センター事業〕 『のびのび広場』2F</small>	😊😊
12月21日 助産師相談 身体計測 😊😊		12月22日 (センター事業) 😊😊		12月23日 😊😊 <small>〔3歳児健 診のため お休み〕</small>		12月24日 クリスマスイブ 😊😊		12月25日 😊😊	😊😊
12月28日 〈お休み〉		12月29日 〈お休み〉		12月30日 〈お休み〉		12月31日 〈お休み〉		1月1日 〈元旦〉	

<マークの見方>

😊😊 会場・駐車場ともに使えます。

😊😊 駐車場が混雑します。または、小さいお子さん向けの事業と広場を一緒に使います。

😞😞 駐車場が大変混雑します。また、会場が2階になることがあります。

駐車場での盗難、事故等に関しては、当センターでは一切の責任を負いかねますので、ご了承下さい。