



魚津市子育て支援センターだより

のびのび通信

No.143

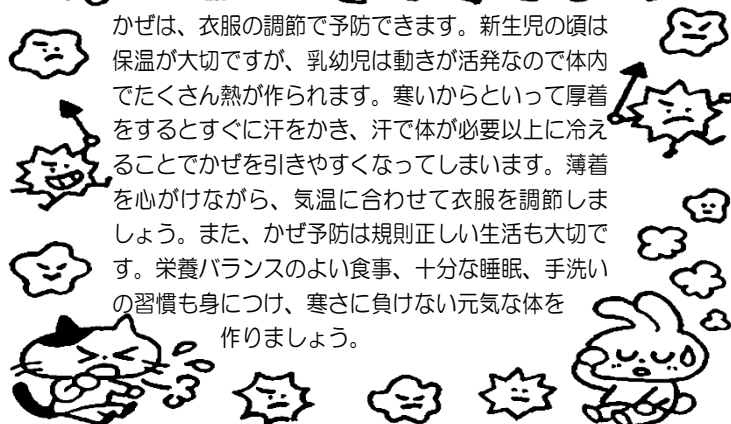
11月

令和5年10月末発行
魚津市子育て支援センター
Tel 24-0415

色とりどりの葉が舞い落ち、秋の深まりを感じる季節になりました。1日のなかでも朝晩と日中との気温差が大きくなり、風も段々と冷たくなってきました。季節の変わり目は体調を崩しやすいので、健康管理には十分気を付けながら冬を迎えたいですね。

また、11月30日は「絵本の日」です。読書の秋、親子で絵本の世界を楽しんでみませんか？のびのび広場では、常時たくさんの絵本を用意しています。貸し出しもできますので、ぜひご利用ください。

かぜを予防しよう



かぜは、衣服の調節で予防できます。新生児の頃は保温が大切ですが、乳幼児は動きが活発なので体内でたくさん熱が作られます。寒いからといって厚着をするとすぐに汗をかき、汗で体が必要以上に冷えることでかぜを引きやすくなってしまいます。薄着を心がけながら、気温に合わせて衣服を調節しましょう。また、かぜ予防は規則正しい生活も大切です。栄養バランスのよい食事、十分な睡眠、手洗いの習慣も身につけ、寒さに負けない元気な体を作りましょう。

乳幼児安全法講習会

子どもがやけどをした場合、どう対応したらよいか心配になったり不安になったりしますね。冬場になり暖房器の使用も多くなり、子どもに起こりうるやけどにそなえて、予防と手当について一緒に学びませんか？

＜日時＞ 令和5年12月7日(木) 午前10時～11時30分
(受付：9時45分～)

＜場所＞ 魚津市健康センター

＜対象＞ 乳幼児を持つ家族 先着18組

＜問合せ・申込み＞ 魚津市子育て支援センター「のびのび」
Tel.24-0415



『のびのび広場』予定表

☆親子で自由にご利用ください。(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
10月30日	助産師相談 身体計測 		10月31日			11月1日	保健師相談 	〈4か月児 健診の ため お休み〉	11月2日			11月3日	〈文化の日〉	
11月6日	助産師相談 身体計測 		11月7日		〈1歳6か 月児健 診の ため お休み〉	11月8日	(センター事業) 	(センター事業) 	11月9日	『My Sweet Baby』 ※広場11時まで 	〈がん検診 のため お休み〉 	11月10日	もぐもぐ教室 (予約制) 	
11月13日	助産師相談 身体計測 		11月14日	(センター事業) 		11月15日	赤ちゃん広場 	(センター事業) 	11月16日	製作日 ※先着10名まで 	〈フッ素塗 布のため お休み〉 	11月17日		(センター事業) 広場2F 
11月20日	助産師相談 身体計測 		11月21日	栄養士相談 		11月22日		〈3歳児健 診のため お休み〉	11月23日	〈勤労感謝の日〉		11月24日	ごっくんルーム (予約制) 	〈フッ素塗 布のため お休み〉 
11月27日	助産師相談 身体計測 		11月28日	園に関する 相談日 	(センター事業) 	11月29日			11月30日			12月1日		

＜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行います。	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。