

子育て支援センター わくわくひろば

TEL0967 (65) 8580



「わくわくひろば」は、乳幼児から就学前のお子さんと保護者が一緒に遊べる、親子の交流や育児の情報交換の場です。毎月楽しい行事などを行っております。どなたでも無料で利用できますので、子育てに不安を感じたとき、一緒に子育てをする友だちが欲しいときなどお気軽にお越しください。

- 開設日時 毎週火～土曜日（祝日は閉所）
午前10時～午後3時
- 場 所 LOOPみなみあそ2階

2月行事予定

参加の際には、必ず事前予約を!!

- 13日(木) ママヨガwithベビー
午前10時30分～(要予約)
心身ともにリフレッシュしませんか?
- 18日(火)～26日(水)
ひな人形作り
オリジナルのひな人形を作ってみませんか?
- 27日(木) ひな祭り
午前10時30分～(要予約)
みんなで一緒にお祝いしましょう

〈お知らせ〉

※都合により、開所日時の変更や、行事予定の変更、中止の可能性があります。村ホームページ、またはわくわくひろばTEL0967 (65) 8580にてご確認ください。



クリスマス会をしました。サンタさん(サンタクロース)からのプレゼント📺に泣き出す子もいましたが、皆さん楽しんでもらえたみたいで、良かったです。



わくわく広場に来て、ママ・子どもたちがお友達になり一緒に仲良く遊んでいます。

ちょこっと健康コーナー

ヒートショックについて ～冬場の安全な入浴方法～

暖かい部屋から寒い部屋へ移動するなど、急激な温度変化により血圧が大きく変動することによって、失神や心筋梗塞・脳卒中など血管の病気を引き起こすことを、ヒートショックと言います。

ヒートショックを起こす危険性が高い人は、「高齢者・高血圧・糖尿病・脂質異常症の人」と言われています。

特に冬場の入浴時はヒートショックが起こりやすいので注意と予防が必要です!

《安全に入浴するためのポイント》

- 入浴前に脱衣所や浴室を暖めましょう。
- 湯温は41度以下、湯につかる時間は10分までを目安にしましょう。
- 浴槽から急に立ち上がらないようにしましょう。
- 食後すぐの入浴や、飲酒後、医薬品服用後の入浴は避けましょう。
- 入浴する前に同居者に一声掛けて、意識してもらいましょう。

〈問い合わせ〉健康推進課 保健係 TEL0967 (67) 2704