



令和7年1月  
わたぐもこどもセンター

# わたぐもこどもセンター だよ

今年もよろしくお願ひいたします。

## 育児講座「節分制作」

(※電話・ネットでの予約はできません。)

**1月30日(木)** 12/23より申し込み開始

**10:00~11:30**

節分に向けて、おうちで遊べる節分グッズを親子で作ります。  
まだ制作のできないお子さんは保護者が作ってもOKです！

場 所 わたぐもこどもセンター

定 員 10組



## 1月生まれ誕生日会



**1/16(木)11:00~**

参加されたお子様には誕生日カードに手形をとってプレゼントします。

## 避難訓練 1/23(木)10:50~

火災を想定した訓練を行います。  
センター利用中の方は全員参加です。

## 「冬の過ごし方」 市川市保健センター資料より

初めての冬を迎えるお子様も多いと思います。参考にして元気に過ごしましょう！

冬になると感染症が増えるのは・・・ウイルスの生存期間が長くなること。

体温と免疫力が低下すること。

感染の範囲が広がる。

予防するためには・・・

★意識して水分補給を心掛けましょう。

★手洗い、うがい、マスク着用。(人に移さないように罹患している人はマスク着用)

★人ごみを避けましょう。

★乳児はインフルエンザ予防接種をするよりも大人が予防接種して家にウイルスを持ち込まないようにしましょう。



※熱が37.5以下で水分が取れていればお風呂は可。

※家に解熱剤があってもむやみに飲ませない。解熱剤で熱は下がっても原因は解決しない。

※皮膚が乾燥するとすきまからウイルスが入り込んでしまう為、しっかりと保湿をする。(冬はバタつくクリーム◎)

※着せすぎ注意！大人より1枚少ないくらいが丁度良い。動きにくい服は発達を妨げることもある。

**キーポイントは★加湿 ★保湿 ★薄着**