



あけましておめでとうございます!

今年はどうなるのでしょうか？子どもたちの笑顔や成長が楽しみです！

新しい年もたくさんの元気な笑顔に会えるのを楽しみにしています。

寒い日が続きますので、手洗いうがいをしっかりとって元気に冬を乗り切りましょう。

プラザ長 井上 和子



「あけまして
おめでとう」
 作：中川 ひろたか
 絵：村上 康成
 出版社：童心社

短い文字ですが、中身は日本のお正月の文化がぎっしり！最近ではあまり見かけない羽子板も…お正月にぴったりの一冊です。

春の七草を知ろう！！

1月7日には、無病息災を願いビタミン・ミネラルの豊富な春の七草を使い、“七草がゆ”を食べる習慣があります。お正月のごちそうで疲れた胃腸をいたわりましょう。



インフルエンザが はやってます!

くしゃみ、せきなどの症状のほかに、高熱と頭痛が急激に現れたら、インフルエンザかもしれません。潜伏期間が1～3日と短く、感染力が強いので注意が必要です。早めの受診を!



症状



予防のために

- なるべく人込みを避ける
- 部屋の湿度は50～60%くらいに。こまめな換気を心がける
- 十分な睡眠、休養をとる
- バランスのよい食事、十分な水分補給を

ミニ講座「親子で一緒に産後ピクス」 かんけ先生

1月9日（木） 10時30分～11時30分まで

※ 1月4日（土）10時からプラザ内の受付で予約開始（電話不可）

★ 要予約 10組（首がすわってから1歳までのお子様）

クリスマスにお正月…楽しいイベントが盛り沢山でしたね。つつい食べ過ぎた…という声が聞こえてきそうな頃です。さあ親子で一緒に楽しく身体を動かして、元気に1年をスタートしましょう！

1月予定表



2020年

日	月	火	水	木	金	土
			1 休館日	2 休館日	3 休館日	4
5	6 身体測定 (10日迄)	7	8 休館日	9 ミニ講座 10:30～11:30	10 絵本読み聞かせ 11:00～11:15	11
12	13 成人の日	14	15 休館日	16	17	18
19 パパと遊ぼう 11:00～12:00	20 歯の相談 13:00～14:00	21	22 休館日	23	24 育児相談 10:30～12:00	25
26	27	28	29 休館日	30 壁面製作 10:30～11:45	31 休館日	

1月の予定♪



1月20日（月） 歯の相談 　　いづち小児歯科院長 井槌先生

1月24日（金） 育児相談 　　管理栄養士 無田さん

1月19日（日） パパと遊ぼう 　　城南幼児体育教室 吉浦先生

