



海老江こども園 子育て支援センター「のびのび」

のびのびだより

海老江こども園内

〒933-0233

射水市海老江1057

TEL0766-86-5050

FAX0766-86-5021

朝晩と肌寒く感じられ、日が沈むのが早くなり秋の深まりを感じられるようになってきました。また、季節の変わり目で体調を崩しやすい時期でもあります。体調管理に気をつけながら、たくさん身体を動かして今月も支援センターで遊びましょうね。



『11月の行事予定』

4日(水) バランスボール(要予約)

6日(金) かんたん編み物

10日(火) お散歩しましょう

11日(水) おはなし・うたの時間

18日(水) ふれあいあそび

20日(金) かんたん編み物

24日(火) 誕生会

26日(木) おやつレシピ紹介

27日(金) 発育測定・育児相談

*各行事 10:30~

*おやつレシピ紹介 11:00~

都合により行事を変更する場合があります。
ご了承ください。

～主な活動内容～

☆お散歩しましょう…10日(火)

お友だちと一緒にサイクリングロードを歩きながら、秋を見つけにお散歩に出かけませんか？

*詳細は支援センターにてお知らせします。

☆誕生会…24日(火)

11月生まれのお友だちをみんなで♪ハッピーバースデーの歌を歌っておいわいしてあげましょうね。

☆おやつレシピ紹介…26日(木)

今回のおやつは“サクホロクッキー”です。乳・たまごは不使用で、きな粉、片栗粉、砂糖、油であげてあるサクサクしたクッキーで食べやすいですよ。

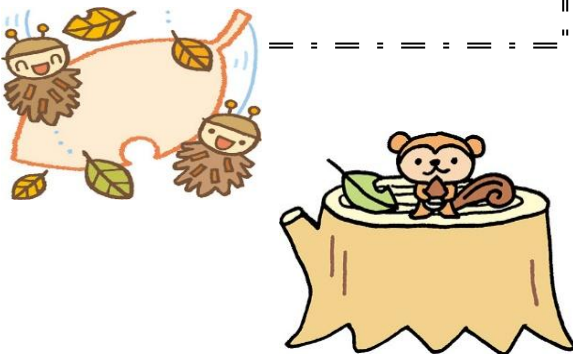
*詳細は支援センターにてお知らせします。

～🎄クリスマス会のお知らせ～

12月18日(金)に射水おおぞらこども園・大島つばさ保育園・海老江こども園の3園の支援センターで「おむらいす」さんをお招きしてクリスマス会を開催します。♪クリスマスにちなんだ音楽を聞いたり、シアターを見たりして楽しい時間を過ごしたいと思います。

☆予約は、11月2日から受付けします。先着15名

*詳細は支援センターにてお知らせしますね。



お子さんが咳で眠れないときは

布団に入ってから子どもの咳がひどくなって、つらそうにしていることはありませんか。

夜に咳がひどくなるのはなぜ？

■ 気管支の収縮



夜は体を休める副交感神経が優位になって気管支を収縮させるため、わずかな刺激でも咳反射が起こりやすくなります。

■ 就寝時の姿勢

寝転がると鼻水や痰が喉に流れ込みやすくなり、気管支を刺激します。

おうちでもできる対処法があります

■ 頭を少し高くして寝かせる

呼吸を楽にし、鼻水が喉に流れるのを防ぎます。タオルやマットレスを使って丁度いい高さに調整しましょう。

■ 喉を潤す

喉が潤うと咳を緩和してくれます。水分補給や加湿器の使用で喉の乾燥対策を。

