

あいあいっこ・あすれっこだより

令和3年2月25日

亀山子育て支援センター

亀山市羽若町545 総合保健福祉センター 2F

TEL 0595-84-3314

関子育て支援センター

亀山市関町木崎786 関認定こども園アスレイン

TEL 0595-96-0203



3月号

3月の予定

	あいあいっこ	あすれっこ
1 月		
2 火		
3 水		
4 木	あかちゃんといっしょ 9:00~12:00	あかちゃんといっしょ 13:30~16:00
5 金		
6 土	すくすくくらぶ 9:00~12:00	
7 日		
8 月		
9 火	どんぐりくらぶ 13:30~16:00	
10 水		どんぐりくらぶ 13:30~16:00
11 木		
12 金		
13 土	あかちゃんひろば 9:00~12:00	
14 日		
15 月		
16 火		
17 水	あかちゃんといっしょ 13:30~16:00	あかちゃんといっしょ 9:00~12:00
18 木		12:00まで閉館 13:30~16:00まで開館
19 金		
20 土		
21 日		
22 月		
23 火		
24 水		
25 木		
26 金		
27 土	どんぐりくらぶ 9:00~12:00	
28 日		
29 月		どんぐりくらぶ 13:30~16:00
30 火	どんぐりくらぶ 13:30~16:00	
31 水		

【休館日】日・祝・年末年始 (あすれっこは土曜日お休みです)

*土曜日の利用時間:

- ・9:00~12:00 限定開放 (詳細は、上の予定表をご覧ください)
- ・13:00~16:00 一般開放

あいあいっこ・あすれっこだよりは、市のホームページ、かめやま子育てLINEでもご覧いただけます。

~子育てワンポイントアドバイス~

- ☆ **寝る前の刺激は少なめに** ☆
- 乳幼児期は夜中に目を覚ますことも多いですね。
 - 成長と共に夜中に起きる回数は減ってきますが、ぐっすり眠るためには配慮も必要です。お風呂は寝る1時間前までに入る、寝る前には体を激しく使うような遊びをしない、音や光の刺激は控える、などです。テレビなどは音も光も刺激が強いため、寝る直前までつけておくのは避けましょう。また、睡眠中は手足が自由に動かせるように、布団をかけすぎないようにしましょう。

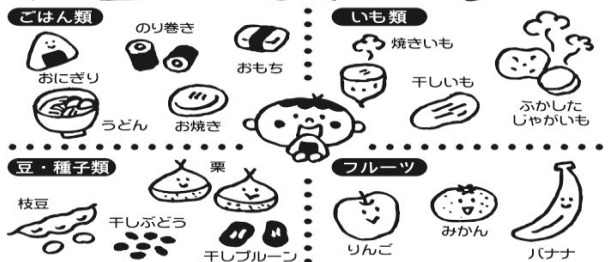


歯が生えたら歯磨きを

- 赤ちゃんに歯磨きを習慣づけるタイミングは「歯が生え始めたらすぐ」です。生え始めの頃はまだ歯ブラシを使う必要はありません。1日1回、寝る前に清潔なガーゼを人差し指に巻きつけ、歯を丁寧に拭くことから始めましょう。4~8本生えてきたら歯ブラシを使います。1歳くらいまでは唾液の自浄作用で口内の衛生を保てるので、いやがるときは無理強いせず、ゆっくりと進めましょう。



1・2歳児におすすめおやつ



《新型コロナウイルス感染予防のためのお願い》

- ・ベビーバットを使用される方は、バスタオルを持参してください。
- ・発熱や咳・咽頭痛などの症状がある方は利用をご遠慮ください。
- ・入室時には検温をします。(熱が37.5℃ある場合はご利用できません)
- ・混雑時、利用者の入場制限を行います。
- ・原則マスクの着用をお願いします。
- ・入室時に手の消毒をお願いします。
- ・窓を開けて換気を行います。
- ・他の利用者さんとの距離をなるべく保ってください。

※月~金の利用時間: 9:00~12:00
13:30~16:00

「あいあいっこ」「あすれっこ」の最新情報、子育てに役立つ案内等「かめやま子育てLINE」にて随時発信しています。この二次元コードで簡単に登録できます。



(二次元コード)