

こども～る大和だより 3月号

まだ、少し寒さを感じますが差し込む日差しが柔らかく、春を感じるようになってきましたね。
今月もこども～る大和で暖かい春と一緒に感じながら、ゆっくり楽しく過ごしませんか？

★こども～る大和 利用案内★

新型コロナウイルス感染拡大防止に伴い以下のように対応しますのでご理解・ご協力をお願い致します。

日時：月～日（年末年始のみ閉所となります。）

①9:30～10:30 ②11:00～12:00 ③12:30～13:30 ④14:00～15:00 ⑤15:30～16:30

※30分間室内やおもちゃの消毒をさせていただきます。

定員：各回 23名まで(大人含む)

- ・こども～る大和は3歳未満の乳幼児とその保護者が対象です。
- ・保護者の方の入場に関しましては、お子様1人につき保護者の方1人をお願い致します。
- ・利用は1日につき、お一組様1回となります。
- ・電話での予約は受付けておりません。先着順になります。

また、当日の時間帯での予約は受付けておりますので、2階 こども～る大和まで直接お越しください。

※調乳・授乳室やおむつ交換など安心してご利用いただけるスペースも用意しています。

●2週間以内に、同居の家族に平熱より高めや37.5℃以上の熱、咳、下痢や嘔吐などの風邪症状、

強いだるさ、味覚・嗅覚の異常があった方は来場をお控え下さい。



月	火	水	木	金	土	日
	1 食育相談 各回	2	3 ひなまつり会 各回 	4 おはなし会 9:30、11:00、 14:00	5	6
7 おはなし会 9:30、11:00、 14:00	8 身体測定 9:30、11:00、 12:30、14:00	9 育児講座 11:00、12:30	10	11	12	13
14	15 おっぱい講座 11:00～12:00	16 お誕生日会 9:30、11:00、 14:00 食育相談 各回	17 お誕生日会 9:30、11:00、 14:00	18 お誕生日会 9:30、11:00 14:00	19 発達相談 12:30～15:00	20
21	22 育児相談 9:30～11:30	23	24 ソレイユさんのおは なし会 9:30	25 身体測定 9:30、11:00、 12:30、14:00		27
28	29	30	31 こども～る大和 1周年	※新型コロナウイルス感染症予防の観点から、 ムーブメントにつきましては、当面の間中止とさ せていただきます。		



おしらせ

利用者の皆様とのコミュニケーションを活性化し、より良い「こども～る大和」づくりを進めるため、お気づきの点があれば、ご意見・ご要望をスタッフにお聞かせください。



★おはなし会★

3月 4日(金)、7日(月)

時間 ①9:30~②11:00~③14:00~ の回
今月も楽しい絵本を用意しています。お楽しみに!



★お願い★

新型コロナウイルス感染症が拡大しております。
こども〜る利用後新型コロナウイルス感染症陽性判定を受けた時は、ご連絡をお願いします。

★育児講座★

9日(水) 11:00~の回・12:30~の回
好評につき、リフレッシュ企画第4弾「心のゆとりヨガ」
ヨガの簡単なポーズと呼吸法でほっとひと息しませんか。

★育児相談★

22日(火) 9:30~11:30
育児相談では、成長や発達のこと、授乳や離乳食のことなど
育児に関する疑問や不安を相談ください。
※育児相談は事前予約可能です。



★ひなまつり会★ 3月3日(木) 各回

歌や絵本を一緒に見て、お子さんの成長を
みんなでお祝いしましょう。



★お誕生日会★

16日(水)、17日(木)、18日(金)

時間 ①9:30~②11:00~③14:00~
お誕生月のお子さんをお祝いするミニお誕生日会を開催します。
誕生月の方がいらっしゃる際には、スタッフにお声がけ下さい。※お一人、1回までとさせていただきます。



★言語聴覚士による発達相談★

19日(土) 12:30~15:00

お子さんのことばの発達や心身の発達にお悩みの方はお気軽にご相談ください。予約可能です。

★食育相談★ 1日(火) 16日(水) 各回

花粉症に効果的な食べ物

野菜類や青魚を積極的に食べることは花粉症の症状を抑える効果があるとされています。また、しそや甜茶、ヨーグルト、緑茶なども症状の緩和が期待される食品といわれています。効果には個人差がありますが、食事にこれらの食品を取り入れてみるのも花粉症対策のひとつです。



★おっぱい講座★ 3月15日(火)

時間 11:00~12:00

おっぱい(母乳)にまつわるおはなしをしていただきます。
予約制ではないので、是非お越し下さい。

生活習慣病予防のため、日々の生活を見直そう

生活習慣病のリスクのある生活、思いあたいませんか？

- 甘いものやスナック菓子をよく食べる
- あぶらっこいものが好き
- 野菜が嫌い
- 朝食を食べない
- 早食いながら食いをよくする
- 夜更かしをして睡眠不足である
- あまり運動をしない
- ストレスがたまっている



小児でも生活習慣病の可能性がります。
子どもの頃から気を付ける必要があるということです

健康的な生活習慣を定着させるには、次の3つの柱が大切です。

食事

3食決まった時間に好き嫌いをせずよく噛んで食べよう

睡眠

特に寝る前のスマホ使用を控え、早寝早起きを心がけよう

運動

体をこまめに動かしてストレスも上手に解消しよう

★こども〜る大和の案内図★



こども〜るだよりのQRコードです

大和駅より徒歩5分 ☎ 046-204-7021

- ・駐車場の用意がありませんので、お近くのコインパーキングをご利用下さい。
- ・ベビーカーは、階段下のバギー置き場をご利用下さい。自己管理をお願い致します。

