



令和7年度
姫戸町子育て支援センター
姫戸ひかり保育園内
TEL.0969-58-2246
(センター担当：山口・濱崎)

新年あけましておめでとうございます。今年もどうぞよろしくお願いいたします。

年末年始はいかがお過ごしでしたか？1月から2月にかけては、寒さも一層厳しくなります。マスク着用、手洗い、うがい、手指消毒などの、基本的な感染症予防に努め、流行期を乗り切りましょう。

なかよし広場は皆さんが安心して遊べるような環境を整えてお待ちしております。おしゃべりしながら、のんびりゆっくり過ごしませんか？初めての方でもお気軽にいらして下さい。

月	火	水	木	金
5 お正月遊び 紙袋やビニールで凧を作りましょう。	6 のんびり遊び	7 のんびり遊び	8 のんびり遊び	9 どんどこ 竹のやぐらでお正月の飾りを焼きます。マシュマロも焼きますよ♡
12 成人の日 お休み	13 なかよしタイム 絵本やパネルシアターなど楽しい時間を過ごしましょう。	14 のんびり遊び	15 のんびり遊び	16 マタニティ&ベビー お母さんのおひざでわらべ歌♪簡単なおもちゃも作りますよ。
19 のんびり遊び	20 E-フレンズ ティム先生と英語で楽しく遊びましょう♪ Are you ready? Yeah!	21 のんびり遊び	22 運動遊び アロマより先生が来られます。いっぱい体を動かして遊びましょう。	23 のんびり遊び
26 製作遊び 節分の面や豆入れを作ります♪	27 のんびり遊び	28 のんびり遊び	29 のんびり遊び	30 誕生会&クッキング 1月生まれのお友達と一緒に祝いましょう。クッキングはピザトーストです。

冬場に多い おう吐・下痢

この時期、気をつけたいのが「ウイルス性胃腸炎」。ノロウイルス、ロタウイルスなどに感染すると、おう吐と水のようなひどい下痢が起こります。高熱はあまり出ませんが、おう吐や下痢で体内の水分が失われ、脱水症状になると危険です。何よりもまず水分補給を心がけ、安静にして過ごしましょう。

おう吐・下痢のケア



子ども用イオン飲料や湯冷ましを少しずつ、こまめに与える

おしりはこすらずにお湯で洗い、タオルで軽く押さえて水分をふき取る



大きな銀杏の木の下で、大根すくすく成長中!!
今月末には収穫できそうです。親子で収穫体験してみませんか？



カリカリ 大根スティック



- ①大根を1cm角の棒状に切り、おろしにんにく・醤油・和風だしをまぶし5分おく。
- ②①に小麦粉を少し加えて混ぜ合わせる。
- ③②にバットなどで片栗粉をまぶしてフライパンで多めの油で揚げ焼きにしてカリッと完成!

大根ポトフ



- ①大根・人参・じゃがいも・ウインナー（ベーコンでもOK）をごろっと大きいサイズに切る。
- ②鍋に水・コンソメ顆粒・①の野菜を入れて30分コトコト煮る。
- ③野菜が柔らかくなったなら塩やハーブソルトで味を整え完成!!