

2021 年

1 月予定表



わたぐもこどもセンターの日程を携帯から確認できます。
<http://watagumocenter.web.fc2.com/>

わたぐもこどもセンター
 市川市原木2-10-13
 070-6657-7695

	月	火	水	木	金
					1
① 9:45 ~10:30					休園日
② 11:15 ~12:00					
③ 13:45 ~14:30					
④ 15:15 ~16:00					
	4	5	6	7	8
① 9:45 ~10:30	親子の広場 0歳児	親子の広場 1歳児	親子の広場 0歳児	親子の広場 1歳児	親子の広場 0歳児
② 11:15 ~12:00					
③ 13:45 ~14:30	オープンスペース	親子の広場 2歳児	オープンスペース	親子の広場 0歳児	親子の広場 1歳児
④ 15:15 ~16:00					
	11	12	13	14	15
① 9:45 ~10:30	成人の日	親子の広場 0歳児	親子の広場 0歳児	親子の広場 1歳児	親子の広場 2歳児
② 11:15 ~12:00					
③ 13:45 ~14:30		親子の広場 1歳児	オープンスペース	親子の広場 0歳児	ハッピーマタニティ 妊婦さんのみ
④ 15:15 ~16:00					
	18	19	20	21	22
① 9:45 ~10:30	親子の広場 0歳児	親子の広場 1歳児	親子の広場 0歳児	親子の広場 1歳児	親子の広場 2歳児
② 11:15 ~12:00					
③ 13:45 ~14:30	オープンスペース	親子の広場 2歳児	オープンスペース	親子の広場 0歳児	3歳児以上
④ 15:15 ~16:00					
	25	26	27	28	29
① 9:45 ~10:30	親子の広場 0歳児	親子の広場 1歳児	親子の広場 0歳児	親子の広場 1歳児	親子の広場 2歳児
② 11:15 ~12:00					
③ 13:45 ~14:30	オープンスペース	親子の広場 0歳児	3歳児以上	親子の広場 2歳児	親子の広場 1歳児
④ 15:15 ~16:00					

○オープンスペースは未就学児なら何歳でも利用できます。

○1枠2~3組程度の予約を受け付けています。

○予定表の年齢が含まれていれば兄弟で利用できます。

○園庭開放のみ利用 11:15~12:00 月~金 未就学児対象 (当日予約不可)

予約受付時間 月~金 10:00~15:00



寒さが厳しくなり、「風邪ひきさん」もちらほらでできました。こまめな換気や、薄着習慣を身につけ、風邪に負けない元気な身体づくりをしていきましょう。

今年もよろしくお願ひ致します。

わたぐもこどもセンター 育児相談 Best 5!!

1・離乳食、食事

食べてくれない、好き嫌い、座ってられない、自分で食べない
食具、コップ飲み、遊び食べ

2・保活、幼稚園選び

入れない、認可と無認可の違い、新園について、特色、評判、願書

3・睡眠、夜泣き、生活リズム

夜中に起きる、朝寝、夕寝、寝る時間、起きる時間

4・断乳

添い乳、哺乳瓶・ミルクを嫌がる、夜間断乳、乳腺炎、断乳方法

5・癖、病気

指しゃぶり、腕をつねる、感染症、予防注射、病院、言葉

トイレトレーニング



トイレトレーニングは夏に！と思っている方が多いのではないのでしょうか？

トレーニングに季節はあまり気にしなくて大丈夫。それぞれのお子さんの成長に合わせて始めてみましょう。

断乳もトイレもパパママが、始めよう！と思った時が始め時です。

〈開始の目安〉

- ・朝起きた時、お昼寝から起きた時におむつが濡れていない。
- ・排尿間隔が2時間あいている。
- ・トイレで排尿できる。
- ・「ちゅち」「トイレ」など、簡単な合図が出せる。

〈プレ トイレ〉

- ・起きた時、食事の前、外出前など、毎日同じタイミングでトイレ（おまる）に座らせる。
- ・トイレに座って出なくても無理強いしない。怒らない。
- ・排尿できたら、たくさん褒める。
- ・ズボンの着脱は自分でできるように教える。
- ・パパママのトイレを見せる。
- ・おしっこが出るときの合図を決めておく。

※足がつかないと排尿を怖がるお子さんもいます。ダンボールなどで足置きを作ってあげるといいですね。

「冬の過ごし方」

市川市保健センター資料より

初めての冬を迎えるお子様も多いと思います。参考にして元気に過ごしましょう！

冬になると感染症が増えるのは・・・ウイルスの生存期間が長くなること。

体温と免疫力が低下すること。

感染の範囲が広がる。

予防するためには・・・

★意識して水分補給を心掛けましょう。

★手洗い、うがい、マスク着用。（人に移さないように罹患している人はマスク着用）

★人ごみを避けましょう。

★乳児はインフルエンザ予防接種をするよりも大人が予防接種して家にウイルスを持ち込まないようにしましょう。

※熱が37.5以下で水分が取れて入れればお風呂は可。

※家に解熱剤があってもむやみに飲ませない。解熱剤で熱は下がっても原因は解決しない。

※皮膚が乾燥するとすきまからウイルスが入り込んでしまう為、しっかりと保湿をする。（冬はベタつくクリーム◎）

※着せすぎ注意！汗が冷えると風邪をひきます。また、動きにくい厚着は発達を妨げることもあります。

