

～子どもの冬の服装～

寒くなるとつい多めに着込みがちですが、子どもは体温が高く新陳代謝もよいので、少し体を動かすだけですぐに身体が温まり、汗もかきやすくなります。長袖の肌着＋裏起毛のトレーナーなどのような厚着をさせると、暑さがこもって熱が上がったり、汗で身体が冷えて風邪をひいてしまうことも。

新生児は大人より1枚多く、2～3か月以降は基本的に大人と同じ服の枚数または1枚少なくてOK！首の後ろや足の裏に汗をかいていたり、お腹周りや体全体が冷たい、機嫌が悪かったりする場合は、赤ちゃんが熱すぎたり寒すぎたりする時のサインのひとつでもありますので、環境に合わせ調整しましょう。



年末年始の体調不調に備えましょう

今年はカレンダー上だと年末年始のお休みが長くなります。小児科等も、長期に休診となることが予想されますので、おかかりの予定がある方はお早めに受診しておきましょう。

また急な体調不良となった際にかかりつけ医かお休みだったり、帰省や旅行先での体調不良も考えられますので、お出かけ先や緊急時に受診できる医療機関をピックアップしておくのもおすすめです。

年末年始はクリスマスやお正月と、イベントやおでかけの機会も増え、お子さんも疲れて体調を崩しやすくなりますので、生活リズムを整え、元気に過ごせるように配慮しましょう！



スタッフおすすめ絵本



さあ、みんな！サンタたいそうはじめるぞい。しかけを動かすと、サンタさんが、手を上げ下げ、お尻をふったり、からだをぶらぶらさせたり。最後は豪快にジャンプ！ユーモラスなサンタの動きが楽しい、赤ちゃんが喜ぶしかけ絵本です。



～ 今月の予定 ～

- 3日(水) クリスマス製作 開所時間内いつでも
- 9日(火) ベビーマッサージ 10:30～
- 18日(木) お誕生日会
- 20日(土) 絵本読み聞かせ会 10:30～
- 20日(土) ブックトーク会 14:00～
- 23日(火) 赤ちゃん健康講座
「冬のスキンケアのお話」10:30～

※12/15、12/27～1/4 は閉所となります。

★講座の詳細は、施設内掲示/ホームページ「おしらせ」/
公式LINE「投稿」をご覧ください。

★ご予約は公式LINE よりお願いいたします。

