

# 12月 メロディークラブ通信



12月に入り、今年もあとわずかとなりました。  
 師走というだけあり、毎日が慌ただしく  
 過ぎていきます。  
 年末年始は外出する機会が多くなります。  
 睡眠や栄養をしっかりとり、かぜに負けない  
 体力をつけておきましょう。

平井保育園  
 地域子育て支援センター  
 Tel 23-3557

月曜日～金曜日(午前9時30分～11時30分まで)(午後1時～4時まで)

H28.12

月	火	水	木	金	土
			12月1日	12月2日	12月3日
*		*	手形をとりう	戸外遊び 育児相談日	園庭開放
12月5日	12月6日	12月7日	12月8日	12月9日	12月10日
戸外遊び 育児相談日	折り紙遊び	絵本の読み聞かせ	自由遊び リズム遊び	戸外遊び 育児相談日	生活発表会
12月12日	12月13日	12月14日	12月15日	12月16日	12月17日
お絵かき	戸外遊び 育児相談日	自由遊び 身体測定	クリスマス製作	戸外遊び 育児相談日	園庭開放
12月19日	12月20日	12月21日	12月22日	12月23日	12月24日
戸外遊び 育児相談日	戸外遊び 育児相談日	戸外遊び 育児相談日	戸外遊び 育児相談日	 天皇誕生日	園庭開放
12月26日	12月27日	12月28日	12月29日	12月30日	12月31日
戸外遊び 育児相談日	戸外遊び 育児相談日	戸外遊び 育児相談日	お休み	お休み	お休み

園庭開放... 戸外遊びに園庭をご利用ください。  
 育児相談... 随時行っております。

## \* 空気の乾燥に気をつけて \*

空気が乾燥しやすい季節になりました。インフルエンザ  
 などの感染症のウイルスは、せきやくしゃみなどで  
 空気感染します。空気が乾燥していると、だ液などが  
 小さく軽くなって、遠くまで飛びやすくなります。

また、人の粘膜から侵入しやす  
 くなります。

感染症予防のためにも適度な  
 湿度を保ち、戸外から帰たら  
 うがいや手洗いを心がけ  
 たいですね。



## 冬至

冬至は二十四節気のひとつで、一年でいちばん  
 昼が短く夜の長い日です。この日を境に、昼の  
 時間が少しずつ長くなっていきます。冬至の日には、  
 悪いものを払う力があるといわれているユズを  
 浮かべたユズ湯に入り無病息災を願ったり、  
 カボチャを食べて栄養補給をしたりしましょう。

