



ほほえみ通信

1 木		
2 金		
3 土		
4 日		
5 月	14時～予約開始	
6 火		
7 水		
8 木		
9 金		
10 土		
11 日		
12 月		
13 火		
14 水		
15 木		
16 金	読み聞かせ	予約不要
17 土		
18 日		
19 月		
20 火	産後ストレッチ	要予約4組
21 水		
22 木		
23 金	ベビーマッサージ	要予約4組
24 土		
25 日		
26 月		
27 火	計測・栄養相談日	予約不要
28 水		
29 木		
30 金		
31 土		

ベビーマッサージ 要予約4組

1月23日(金) 13時15分～15時になります。
 子どもとの触れ合いの時間はとても貴重で大切な時間です。
 是非ベビーマッサージを覚えご自宅で実践してみてください。



産後ストレッチ 要予約4組

1月20日(火) 13時15分～15時になります。
 お家で出来るヒップアップ体操・骨盤ストレッチなど
 ママたちでお話をしながらシェイプアップ体操を楽しんで
 下さい。

利用 及び 予約の方法について

～利用～

- * 事前予約は必要ありません。
平日13時～16時のお好きな時間にご利用ください。
- * ひろばはお子様と保護者様が一緒に過ごしていただく場です。
- * お茶などの飲料水はお部屋で飲んでいただけますが、お食事や軽食はご遠慮いただいております。
(アレルギーをお持ちのお子様も利用します。ご協力をお願いいたします)

～予約～

- * ご予約は左記のカレンダー上部に明記しております。
先着順にて受け付けておりますので、お早めにお申し込みください。



ほんちょう保育園 2階 ほほえみ子育てひろば
 TEL 042-399-2100

1月号

2025年度

こんにちは！ほんちょう保育園です！

あけましておめでとうございます。年末年始のお休みはいかがでしたか？
毎日冷え込み、体調を崩しやすい時期です。気持ちも新たに、健康管理に気をつけましょう！

保育所体験

お子さんと同じ年齢のクラスの子どもたちと一緒に過ごします。お部屋で過ごしたり、お散歩に行ったり…。子育てで気になることなどの相談も受け付けます！

【1月の予定】

0歳児クラス 1月13日(火)、21日(水)

1歳児クラス 1月14日(水)、23日(金)

2歳児クラス 1月16日(金)、26日(月)

時間：9：45～

※要予約 平日10：00～16：00の間にお電話お待ちしております。
ほんちょう保育園 TEL：042-399-2100

ほほえみ広場にあそび
にきませんか？

紙芝居やさん

ほんちょう保育園2階のほほえみ広場にて、職員が紙芝居や大型絵本、手遊びなど行います。
短い時間ですが是非一緒に楽しみませんか？

1月16日(金)、20日(火)、22日(木)、27日(火)

時間：13：15～

場所：ほんちょう保育園2階 ほほえみひろば

心配な インフルエンザ脳症

インフルエンザの合併症で特に気をつけたいのがインフルエンザ脳症。特に0、1、2歳児は発症しやすく、後遺症が残ったり、重症化すると命を落としたりすることもあります。万が一のような症状が見られたら、すぐに救急車を呼んでください。

こんな症状は脳症かも？

- インフルエンザを発症して1～2日後に突然高熱が出る
- けいれんが10分以上続く
- けいれんを繰り返す
- 呼びかけても反応しない、ぼーっとしている、目がうつろである
- ずっと寝続けている



インフルエンザと かぜの違い

インフルエンザ		かぜ
インフルエンザウイルス	原因	細菌、ウイルス
冬から春に多い	時期	一年を通して
全身症状	病気の始まり	鼻水、くしゃみ
39～40℃	熱	37～38℃くらい
大流行することも	伝染	多くの人にうつらない
手足や腰に強く出る	関節痛	ほとんどない
肺炎、気管支炎、インフルエンザ脳症 など	合併症	安静を守ればひどくならない



インフルエンザは、発症し5日を過ぎて、かつ、熱が下がってから3日を過ぎるまでは、園はお休みします