

# るんびに一通信

## 1月号

令和6年1月1日 常念寺保育園 地域子育て支援センター「るんびに一園」

あけまして  
おめでとうございます

うさぎ年から辰年にバトンタッチし、新しい年を迎えました。皆様いかがお過ごしでしょうか？昨年はコロナ禍が緩和され、少しずつ身近な人との距離も縮まってきましたね！新しい年はどんな1年になるのかな？！どんな出会いが待っているのかな？！楽しみを胸に、今年もるんびに一園はお子様と一緒にホッとできる憩いの場として、いつでも安心して利用できるようにお待ちしております。今年もよろしくお願ひ致します。

### 2024 るんびに一園 ご利用案内

♥生まれて間もない10歳～未就学児のお子さんがご利用できます♥

出産を控えている方も、ぜひお気軽にお立ち寄りください♪

※開園日…月曜日～土曜日

※遊びの開放日…毎週火曜日～土曜日 9時～15時

※日曜日・祝日・月曜日の開放はお休みです。

★感染症など気になる方は、マスクを着用してご利用ください。

★昼食やおやつ類などの摂取はできません。水分補給はできます。

※園庭・なかよし広場の開放…自由開放しています。休日も開放しています。遊びの開放日にお越しの際は、るんびに一園で受付をお願いいたします。

※大型遊具もありますので、ケガや事故のないようお子さんから目を離さないように遊んでくださいね。

※冬季期間中は、雪遊びもできます。ソリやスコップなどの貸し出しもしていますので、ぜひご利用ください★

※絵本の貸し出し…一人につき5冊まで2週間貸し出し

※駐車場…まーや園前・本園前の駐車場をご利用ください。

※ホームページ…毎月更新されています。是非ご覧ください♥

### \*育児相談\*

月曜日～土曜日9:00～17:00

心配事やお困りの事など気軽に話してみませんか？子育ての事だけでなく発育・発達や健康の事、食事や離乳食、しつけ等々…何でも質問、相談してみてください。また、これから出産を控えている妊婦さんも、ゆっくりお話ししながら息抜きしませんか？専門員・栄養士・看護師・保育士が対応致します。まずは第一歩！電話でもメールでも行っています。気軽に話しかけてみてくださいね。

### ほけんだより

### 「気を付けよう！しもやけ」

しもやけは皮膚が温度差に耐えられなくなり、血行が悪くなることで起こります。手足を急な温度変化にさらさないように気を付けましょう。

☒ 裸足のまま冷たい床を歩く

☑ フローリングやタイルなど冷たい床の上では、靴下や室内履きを履く

☒ 裸足のまま靴を履く

☑ 靴を履くときは、必ず靴下を履く

☒ 寒い所で遊んでいて、急にお湯で手を洗う

☑ 手足を洗う場合は、極めるま湯にする



#### 〈あかざれになったら〉

皮膚が極度に乾燥し、潤いがなくなることによって外からの刺激を受けやすくなり、割れて炎症を起こしたものがあかざれです。基本的なケアはワセリンなど油分が入った保湿剤を塗り、血行をよくすることです。ただし、切れた部分から細菌感染を起こしてじくじくしてしまうことがありますので、その場合は皮膚科を受診しましょう。

参考文献 ほけんだより 12か月 Gakken 文真 准看護師 堀 美香

常念寺保育園 鶴岡市睦町1-2 TEL24-9055 <https://www.jonenji-hoikuen.jp/>

## 1月あそびのプレゼント Day の予定

日時	テーマ・内容
13日(土) 10:00~ 限定8組 ※事前申し込みをお願いします	<b>るんびDEランチ「クッキー作り&amp;ランチ開放」</b> 今月のるんびDEランチは、クッキー作りをします♪好きな形に作ったり型はめを使いながら自由に作ってみましょう★クッキーの焼き上がりは1時間～2時間くらいとなります。焼き上がりまでの間、ランチ開放をします！各ご家庭から持参していただいたお弁当やお昼ご飯を食べて待ちましょう！ ♥持ち物…エプロン・三角巾(親子)・マスク・水分補給できるもの・お弁当やお昼ご飯・各自必要なもの
16日(火) 10:00~ ※事前申し込みをお願いします	<b>発育測定・保健相談「おおきくなったね」&amp; 風船とボールプール遊び</b> 常念寺保育園の准看護師と一緒に発育測定しながら、お子さんの成長についてゆっくりお話ししてみませんか？測定を待っている間や終わってからは、風船やボールを使ってボールプール遊びをみなさんと楽しみましょう♪ ♥持ち物…バスタオル・発育測定カード(2回目以降の方)
20日(土) 10:00~ 限定8組 ※事前申し込みをお願いします ※参加方法…必ずペアで参加をお願い致します。(夫婦や祖母&母など)	<b>育児講座「睡眠の質を上げましょう」 講師：五十嵐まゆみ先生</b> ベビーマッサージやキッズマッサージなどでおなじみのまゆみ先生より、今回はお家の方々必見！ヘッドマッサージで睡眠の質を上げてみませんか？お家でも挑戦できる方法を教えていただきます。大人がペアになり、実際にお互いの頭に触れて実践してみます。受講中は託児を致します。皆様のご参加お待ちしております。 ♥持ち物…バスタオル・水分補給できるもの・ヘアブラシ(講座終了後、髪を整えたい方や、とかしたい方はご持参お願い致します。) ・ハンカチ(横になった時に顔にかけたい方)
24日(水)・25日(木) 9:30~	<b>1月製作遊び「だるまさんが・・・」</b> こどもたちが好きな「だるまさんが」の絵本を元に、だるまさんを作ってみませんか？どうやってだるまさんを作るのかな？！ヒントは、お子さんの「足」です☆作品が完成したら絵本を見ている感覚も楽しめるかも♡どうぞお楽しみに♪ ♥毎月取り組む製作遊びは、3月にまとめる予定です♪完成した作品は、それまでご家庭で保管をお願いいたします。 ♥製作遊びの日に参加できない方は製作日以降となりますが、遊びに来た際に作ることもできます。お気軽にお声がけください♪
★ちよこっと遊び「雪遊び」★・・・1月27日(土) 10:00~	冬にしか遊べない「雪遊び」を皆さんで体験してみませんか？雪がたくさん降り積もることを祈り、ソリ遊びやかまくら作りに挑戦しましょう！大きな雪だるまも作ってみたいですね！最後はちょっとしたお楽しみタイムもあるかも？！ご参加お待ちしております♪ ♥持ち物…雪遊び道具一式(スノーウェア・手袋・帽子・長靴・替えの靴下など)・各自水分補給できるもの ♥保護者の方もスノーウェアや手袋、長靴などお持ちの方はご持参していただくとありがたいです♪ ♥積雪がない時や悪天候の時は、室内で雪遊びごっこを行います！ ※ソリやスコップなどは園にあります。

お正月といえば、かるたやおてだま、こまあそびなど伝承あそびが浮かびますね！るんびに一園では昔懐かしい遊びもお家の方と一緒に体験できますので、遊びに来た際はぜひお声がけくださいね♥

