



# 子育て支援コーディネーター通信



明けましておめでとうございます。みなさんにとって、今年も良い年でありませう、心よりお祈り申し上げます。「お正月」は家族で新年を迎えられた喜びを分かち合っ、新たな気持ちで1年を過ごしましう。

丸子公民館イベント

## 第2回 抱っこdeライブ

(参加申込・お問い合わせ:上田市丸子公民館 ☎42-3147)



演奏者紹介 チェロ/寺島 都志子さん ピアノ/飯島 優子さん フルート/武田 理恵子さん

プロの方の素敵なコンサートを身近で聞けるのはうれしいですね。授乳やおむつ替えスペースを用意してあります。お子さんが動き回っても、外に出たがっても会場の出入りは自由です。

日時: 令和2年1月16日(木)・17日(金)  
午前10:30~11:30 (開場10時)

場所: 信州国際音楽村研修センター

対象: 市内在住0歳児から未就園児などの親子、妊婦さん、おじいちゃん、おばあちゃんも大歓迎です。

定員: 各日 先着30組

参加料: 1回1組 100円

曲名: 「G線上のアリア」「美女と野獣」「サウンド・オブ・ミュージックメドレー」



### 絵本の紹介

☆「ちいさいだものえほん、みかんちゃん」  
「みかんちゃん ぎゅう ぎゅう ぎゅう」水彩の優しい色合いと、リズムカルなことばが可愛いですね。  
☺ひろかわ さえこ 作

☆「十二支のおはなし」  
お正月に神様のところへあいさつに行くことになった動物たちのゆかいでダイナミックなお話です。  
☺内田 麟太郎 作 山本 孝 絵



今年、ねずみ年です。私の年は何年かな？とお子さんと絵本を見ながら、ご家族の干支を見てみてはどうでしょう。おいしいみかんを食べながら、楽しいひと時をお過ごしください。

お子さんにこんな症状があらわれたら？

くしゃみ、せきなどの症状のほかに、高熱と頭痛が急激に現れたら、インフルエンザかもしれません。潜伏期間が1~3日と短く、感染力が強いので、注意が必要です。そして、早めの受診をしてください。

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、外出は避けましょう。  
周りの人にうつしてしまうので気を付けてください。

☆予防としては、手洗いを忘れず、人込みを避け、規則正しい生活をしてください。お子さんと外気浴をして、免疫を高めましよう。

