



子育て支援コーディネーター通信



新年、あけましておめでとうございます。今年も幸多き年でありますよう、心よりお祈り申し上げます。さて、お正月というと、新しい一年の幸せや豊作をもたらす「年神様」をお迎えする大切な行事として昔から祝われてきています。お正月にちなんだ行事や風習も様々ありますが、それぞれにいわれや意味があります。お子さんにも伝えていけるといいですね。



- 正月飾り・・・門松は年神様がやってくるための目印。しめ飾りは色々な種類があり、飾る場所もそれぞれ違いますが、玄関に飾ることで、災いが入るのを防ぐ意味があります。鏡餅は、鏡は昔、神様の宿るものと考えられ、年神様へのお供えとしました。
- お節料理・・・神様へのお供え物の意味があり、新年の幸せを願って食べます。それぞれの食材や料理にも、意味があります。重箱に入れるのは、めでたさを重ねるという意味合いがあるそうです。
- 三が日・・・1月1日～の3日間。この期間は初詣に行ったりお節料理を食べて一年のはじまりをお祝いする期間ですが、三が日に起きた事はその一年に影響すると言われ、やってはいけない事もあるそうです。①掃除、②料理、③刃物を使う、④けんか、⑤散財(無駄遣いする)
- 松の内・・・1月1日～1月7日(関東)。年神様が家庭に訪れる期間。松の内を過ぎると年神様が帰られるため、正月飾りを片付けます。
- 鏡開き・・・1月11日に年神様にお供えした鏡餅をおろして食べ、一年を幸せに過ごすための力をつける意味があります。
- 小正月・・・1月15日または1月14～16日。邪気を払うため、小豆粥を食べます。この時期にどんど焼きを行うところもあります。正月飾りやお正月で使用した縁起物などを火で焚いたりします。

寒い時のおでかけ先に
いかがでしょうか？

日帰り温泉施設



●別所温泉相染閣あいそめの湯

上田市別所温泉58 TEL0268-38-2100
なめらかで肌触りのいい温泉です。お子様連れも歓迎で、『ZUMBAと温泉でママリフレッシュ』の企画はこちらのホールで実施しています。ZUMBAで踊って、温泉に入って、リフレッシュできますよ。次回の開催は2月12日(水)、申込は1月28日(火)からです。

●室賀温泉ささらの湯

上田市上室賀1232-1 TEL0268-31-1126
源泉かけながしの温泉で肌がすべすべになると評判です。大広間にはキッズスペースがあり、子ども向けのイベントも開催されるなど、お子様連れにも優しい温泉です。

●真田温泉健康ランドふれあいさなだ館

上田市真田町長7369-1 TEL0268-72-2500
真田氏の館をイメージした純和風の施設。温泉プールも併設しており、25mプールとすべり台のあるスライダープール(水深60cm)の2種類があります。
※プールはオムツはずれ前のお子さんは水遊びパンツ着用。大人、お子さん共にスイミングキャップ着用。

急な病気や事故の時

お子さんの急な病気や事故。無いに越したことはありませんが、突然に発熱してしまったり、ケガなどしてしまう事があるかもしれません。対処に戸惑う時や受診すべきかどうかなど、夜間や休日など、どこに相談・受診すればよいか確認しておくで安心ですね。

○夜間急な病気や事故で困ったら、長野県小児救急電話相談 ☎ #8000(026-235-1818)にかけると看護師等が相談に応じてくれます。19:00～8:00まで。

○こどもの救急(ウェブサイト)では夜間や休日などの診療時間外に病院を受診するかどうか、判断の目安を提供しています。24時間対応。
<http://www.kodomo-qq.jp/>



○消防署で等でもけがや病気で診てくれる病院を教えてください。

上田消防本部 ☎0268-26-0119
上田東北消防署 ☎0268-36-0119
上田南部消防署 ☎0268-38-0119
川西消防署 ☎0268-31-0119

※緊急の場合は「119番」に電話してください

○年末年始は病院もお休みになるので休日の当番医の確認もしておくで安心です。
詳しくは上田市医師会のホームページをご確認ください。

