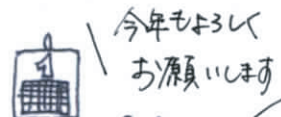




新しい年が明けまして! 冬も本番!! 寒さ対策はバッチリですか?

お子さんに気を取られてママの上着忘れて!? なんてことがないようにママも温かくしてお出かけくださいネ。ひろば内ははたしでも大丈夫なくらい温かくしておきますね
手洗いがとても大切な季節です。いるかひろばの水はとても冷たいので、手洗いの
時お湯が必要な方は遠慮なくスタッフに声をかけてネ。
今年も一緒に考えたり、笑ったり、グチったりしながら子育てしましょう!
スタッフ一同 みなさんが遊びに来てくれるのを楽しみにしています



～新しいおもちゃの紹介～
 B にんじんパズル

今、いるかひろばで人気のおもちです(笑)
オレンジ色があざやかなにんじん。収穫したら
また植えて... そのままパズルとして楽しむのも
よし。ままごとでお料理を楽しむのもよし!
お子さんの小さな手にしかり包まれるサイズです。

作りに来てね♡

空気の乾燥や寒さで体調を崩しやすい季節になりました。
インフルエンザも風邪もウイルスが原因。予防のポイントは…

1. 外出時のマスクで飛沫感染を防ぎましょう。
2. 帰宅時のうがい・手洗いでウイルスや細菌を洗い流しましょう。
3. 空気が乾燥するとノドや鼻の粘膜の防御機能が低下するので、冬の室内では湿度を50~60%に保つと良いでしょう。換気もしてね。
4. カタの冷えは万病の元。「頭寒足熱」でお腹や首、足元は温かく。
5. カタは食べ物でできています。バランスの良い食事で体力・抵抗力アップ↑
 肝、腸内環境を整える発酵食品や食物繊維、乳酸菌を積極的にとり入れ、免疫力もアップさせましょう。



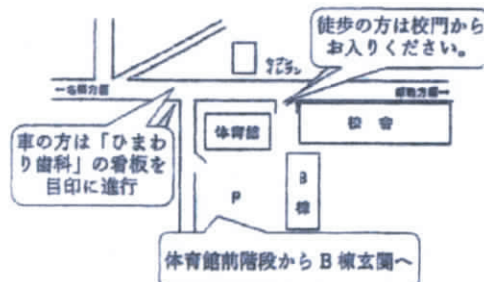
…いかかでしょうか？他にもまだありそうですね。
「ストレスをためない」「ぐっすり眠る」「笑う（口角をあげる）」等。
お利便対策がありましたら「お力になる」に書く
教えてください！！

✨ 工作やってみたい
 ・ 親子のみなさん。
 🎲 1月は糸休ユープで
 『カラフルみのむし』
 を作ってみましょう。
 ○ スタッフに声をかけて
 S 下さいね! ♪



～いるかひろば～

開室日：月～金曜日
(学校行事や月末業務で開室日あり)
時間：10:00～15:00



場所：原市場小学校 B棟 1F
住所：埼玉県飯能市下赤井442-2
電話・FAX：042-970-3010
Email：iruka@hanno.jp
駐車場：体育館側駐車場
HP：<http://www.nikoniko.justhpbs.jp/iruka/index.html>

飯能市地域子育て支援拠点 ご利用方法



赤ちゃんもあそべるおもちゃを用意しています。
たくさんからだを動かしてあそびませんか？
手あそびや絵本のよみきかせもしています！おまちしております。

拠点	開室日時		利用時間
 どんぐりルーム	月～金曜(土曜日閉室)	①	9:00～10:00
	9:00～12:00	②	10:30～11:30
	13:00～16:00	③	13:00～14:00
	☎ 042-972-1301 FAX 042-978-8849		
		④	14:30～16:00
 ひなたぼっこ	月～金曜	①	9:30～10:30
	9:30～12:30	②	11:00～12:00
	13:00～15:00	③	13:00～13:50
	☎ 042-974-8311 FAX 042-974-8304		
		④	14:10～15:00
 のびのび～の	月～金曜(土曜日閉室)	①	10:00～11:30
	10:00～12:00	②	13:00～14:00
	13:00～16:00	③	14:30～16:00
	☎ 0120-415-004 FAX 042-975-1277		
 ゆりかご	月～金曜(土曜日閉室)	①	9:30～10:30
	9:30～15:00	②	11:00～12:00
		③	12:30～13:30
	☎ 042-972-5796 FAX 042-972-0893		
		④	14:00～15:00
 にこにこひろば	月・火・木曜	①	9:30～10:30
	9:30～14:30	②	11:00～12:00
		③	13:00～14:30
	☎・FAX 042-971-3001		
 いるかひろば	月～金曜	①	10:00～11:30
	10:00～15:00	②	12:30～13:30
		③	14:00～15:00
	☎・FAX 042-970-3010		

各拠点 人数制限を設けています

飯能市子育て総合センター・支援拠点情報



飯能市ご当地アプリ



iPhone

Android



ぜひご利用ください

水・金曜 9:30～15:00	①	9:30～10:30
	②	11:00～12:00
	③	13:00～13:50
	④	14:10～15:00

- ・前日または当日の開室30分前から閉室時間までに、電話で予約をしてください。
電話予約の際に、利用者及び同居ご家族の健康状態について質問させていただきます。
- ・ご自宅で検温をお願いします。37.5度以上（または平熱比1度超過）の方はご利用になれません。
- ・保護者の方はマスクの着用をお願いします。（お子さまのマスクは強制しません。2歳未満のマスクは不要です。）
- ・感染症対策徹底のため、消毒が難しいおもちゃを一部制限しています。
- ・お食事はできません。熱中症対策として水筒等をご持参ください。（水分補給・授乳は可）
- ・入室の際は、手指の消毒と非接触型体温計による検温にご協力ください。
- ・多くの方にご利用いただくため、1日1回、週3回程度の利用とさせていただきます。
- ・個人情報については、必要に応じて保健所等の公的機関へ提供されることがあります。
- ・ご不明な点等ございましたら、お気軽にお問い合わせください。

安心してご利用いただくために・・・

換気と、こまめな消毒をおこない、
今後も新型コロナウイルス感染症拡大防止に努めてまいります。

