



# 子育て総合支援センターだより

2019年 1月号 No.139

住所: 四條畷市雁屋北町6-21 電話: 072-877-5455 FAX: 072-877-7371  
 時間: 8:45~17:15 相談専用電話: 072-877-1510

## あけまして おめでとうございます!!

2019年が始まりました。どんなお正月をお過ごしだったでしょうか。  
 子育て総合支援センターでは、みなさんがより安心し、楽しんで子育てができることを願い、「子育て相談」「ファミリー・サポート・センター」「つどいの広場」「子育てほけっと」などを実施しています。  
 毎月の楽しいイベントや教室などを、子育て総合支援センターだよりで発信していきます。  
 まだまだ寒い日が続きますが、風邪などひきませんように。スタッフ一同、お待ちしております。  
 本年もよろしくお願いたします。

## 1月のカレンダー

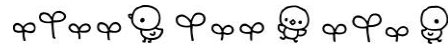
| 日  | 月          | 火                               | 水           | 木                     | 金            | 土  |
|----|------------|---------------------------------|-------------|-----------------------|--------------|----|
|    |            | 1<br>元旦                         | 2           | 3                     | 4            | 5  |
| 6  | 7          | 8                               | 9<br>のびのび①  | 10<br>子育てほけっと<br>in田原 | 11<br>すくすく申込 | 12 |
| 13 | 14<br>成人の日 | 15<br>BP申込                      | 16<br>のびのび② | 17                    | 18<br>すくすく①  | 19 |
| 20 | 21         | 22<br>つどいの広場と<br>ほけっとはお休みで<br>す | 23<br>のびのび③ | 24<br>子育てほけっと<br>in田原 | 25<br>すくすく②  | 26 |
| 27 | 28         | 29                              | 30<br>のびのび④ | 31                    |              |    |

※BPは、親子の絆づくりプログラム「赤ちゃんがきた!」。すくすく、のびのびは親子教室です。詳しくは広報・HPをご覧ください。

## 子育て世代のための マネー講座

財務省近畿財務局職員が子育てに必要なお金、これから先の教育資金のための予算の立て方等、計画的な資金準備のポイントをお話しします。  
 子ども連れで気軽に参加できます。

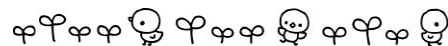
日程: 2/26(火)  
 時間: 午前10:30~11:30  
 場所: すてっぷ★なわて 3階 市民活動室  
 対象: 市内在住の就学前の子どもと、その保護者  
 定員: 15組 無料  
 持ち物: 筆記用具、タオル、お茶  
 申込み: 2/4(月)午前9:00からお電話で  
 2/22(金)午後5時まで  
 (ただし受付初日の午前10時以降は窓口申込可)  
 子育て総合支援センター  
 ☎072-877-5455



【つどいの広場】 (月~金)  
 時間 10:00~16:00  
 11:00と14:00に体操・お話し・手遊びなどあります。  
 第4火曜日がお休みです。

【子育てほけっと】 (月~金)  
 時間 10:00~17:00  
 対象 市内在住の小学校6年生までの子どもを持つ保護者。第4火曜日がお休みです。  
 子育てほけっとin田原は第2・4木曜日に開館。

【なわて・ファミリー・サポート・センター】  
 電話 072-877-5130  
 時間 9:00~17:00 (月~金第2土)  
 子育てをサポートしてほしい人とサポートできる人のしわたりをします。



## 風邪予防

冬は乾燥やウイルスなど要因はいろいろですが、風邪やインフルエンザや胃腸炎などにかかることが多くないです。そこで今回は風邪の予防法について調べてみました。

- うがい、手洗いをこまめに行いましょう。
- 十分な栄養と適度な運動をしましょう。
- 薄着の習慣をつくりましょう。
- 十分な睡眠をとって、ウイルスへの抵抗力をつけましょう。

この他にも予防法はたくさんあります。寒さだけでは風邪にはかかりませんが、乾燥、温度変化、疲労、睡眠不足などで誘引されることはあるようです。自分に合った予防法を見つけて、この冬の時期をのりきっていきましょう。

