

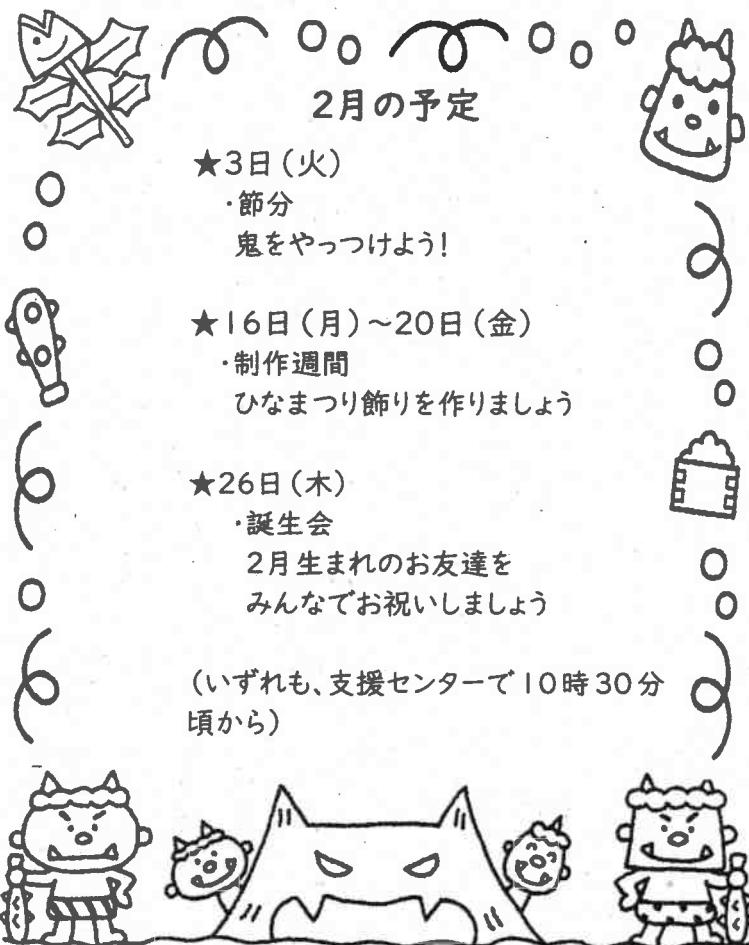


# 2月 あそびの広場

« うすが森保育園 子育て支援センター » 令和8年2月号 TEL:28-5281

大寒は過ぎましたが、まだまだ厳しい寒さが続きそうです。ぽかぽか陽気の春が待ち遠しいですね。地域の皆様におかれましてはいかがお過ごでどうか。

感染症や体調に気をつけながら、天候の良い日は園庭で雪遊びを行う予定です。この時季ならではの遊びと一緒に楽しみましょう。どうぞお気軽に遊びに来てください。



## 「やきか出るときのケア」

### 1. 水分をとる

少しずつ水分を補給することで、たんが切れやすくなります。

### 2. 体を起こす

寝るときは、背中にクッションやたたんだ布団を当てて上半身を起こします。赤ちゃんは縦に抱っこしてあげましょう。

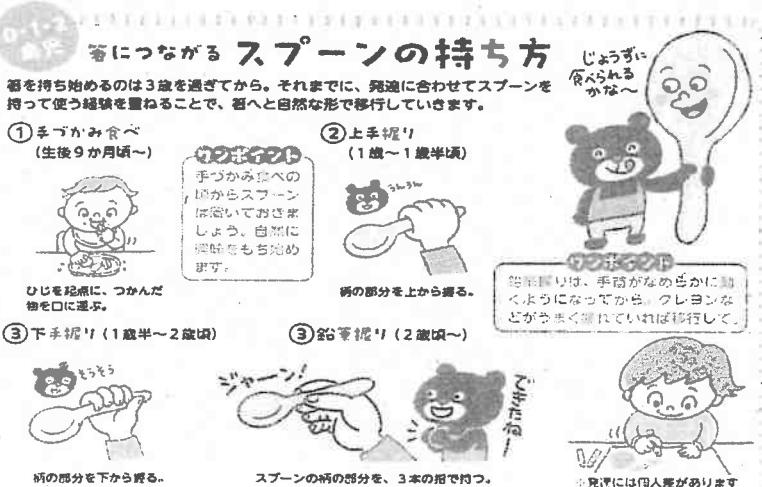


### 3. 加湿する

加湿器を使ったり、洗濯物を室内に干したりしましょう。

眠れないときは  
早めに病院へ

せきが続くと疲れが出て、眠れないとますます体力を消耗します。夜、せきで寝つきないときは、早めに病院を受診しましょう。



## 「あそびの広場」ご利用のご案内

<曜日> 月曜日～金曜日

<時間> 8時30分～13時30分

<利用できる方>

妊娠中の方、未就園児とその保護者  
(おじいちゃん、おばあちゃんもどうぞ)



<持ち物>

・帽子、着替え、タオル

\*飲食はできませんが、水分補給は可能です。