



LINE
公式アカウント

サロンだよやミニ講演の様子など発信しています。
お友達登録よろしくね

新年あけましておめでとうございます☆ 今年の干支である「卯年」は、うさぎが穏やかで温厚な性質であることから「家内安全」の意味を、また飛び跳ねる姿から「飛躍」や「向上」の意味を示すそうです！なんだか良い一年になりそうな気持ちになりますね♪
ご家族での団らんや新しいお友達との出会いを楽しみながら、明るく楽しい一年になりますように♡ 今年もよろしくお願ひ致します。

<1月のミニ講演会>



★ 手作りおもちゃをつくろう！

【定員 各5世帯】

- * 日 時：1月13日(金) ①10:00～ ②14:00～ 各回1時間程度
- * 場 所：深堀子育てサロン
- * 内 容：生活の中にある材料を使った手作りおもちゃを作ります♡

※ コロナウイルス感染症拡大状況により、変更となる場合があります。
※ ミニ講演会は事前申し込みが必要です。詳しくはサロンスタッフにお尋ね下さい。

本格的に冬…暖房が恋しいシーズンとなりました。空気の乾燥もすすむこの時期は水分補給をつい忘れてしまいがち。乳幼児の水分補給について目安や気をつけたいことについてまとめてみました。

1日当たりの必要水分量目安

新生児	60～80ml	× 体重
乳児	100～120ml	
幼児	80～100ml	
学童	60～80ml	
成人	40～50ml	



えっ?! じゃあ体重8kgのぼくは800mlも飲むの？

大丈夫♪ 食事やミルクも併せて、足りない分を水分補給として飲むよ

食事で摂れる水分量は、計算した1日総量の1/3くらいだそうです。体重12kgのぼくは1日およそ1.2L必要だけど、不足分約800mlをお茶や水などで補うよ



水分補給の効果的なタイミングは

- 寝起き(就寝、おひるね)
- 運動のあと(おさんぽ、公園)
- お風呂上がり など

※一氣にまとめたのまずに、100ml程度ずつをこまめに☆

水分補給に適した飲み物

- 水・白湯
- お茶(ノンカフェインのもの)
- 牛乳・フォローアップミルク (年齢や月齢に成して) など

※飲み物を嫌がる子の場合、喜ぶようなら氷を少しずつでもOK

胃腸炎など病気の時は、重篤な脱水症状に陥る危険があるので、かならず医師に確認しましょう♡

利用制限継続のおしらせ

昨年ご協力をお願いしていましたコロナウイルスの感染拡大防止のための1世帯週1回までのサロン利用制限について、今年も年度いっぱい(3月31日まで)継続していきます。(※ミニ講演会の参加は週1回に含みません)

ご不便をおかけしますが何卒ご理解・ご協力をお願いいたします。

※今後の拡大状況等によりイベントやプログラム等、予定を変更する場合があります。

※万一変更の際には函館深堀保育園HPまたは公式LINEよりお知らせしますのでご確認ください。

1月の予定	
	9:00～11:30 13:30～15:30
1日(日)	年始のお休み(1月1日～3日)
2日(月)	
3日(火)	
4日(水)	赤ちゃんデー 自由開放
5日(木)	自由開放 自由開放
6日(金)	自由開放 赤ちゃんデー
7日(土)	
8日(日)	
9日(月)	成人の日
10日(火)	自由開放 自由開放
11日(水)	赤ちゃんデー 自由開放
12日(木)	自由開放 自由開放
13日(金)	ミニ講演会 ミニ講演会
14日(土)	
15日(日)	
16日(月)	自由開放 赤ちゃんデー
17日(火)	自由開放 自由開放
18日(水)	赤ちゃんデー 自由開放
19日(木)	自由開放 自由開放
20日(金)	自由開放 赤ちゃんデー
21日(土)	
22日(日)	
23日(月)	自由開放 赤ちゃんデー
24日(火)	相談日(電話・来所相談のみ)
25日(水)	赤ちゃんデー 自由開放
26日(木)	自由開放 自由開放
27日(金)	自由開放 赤ちゃんデー
28日(土)	
29日(日)	
30日(月)	自由開放 赤ちゃんデー
31日(火)	自由開放 自由開放

* 赤ちゃんデー～生後57日～1歳6カ月頃までの歩行が完成するまでの子
* 自由開放～1歳以上のしっかりと歩ける子～小学校就学前の未就園児対象
* 相談日～個人情報保護のため予約制となります。事前にお申込みください。

