田柄地区区民館 子育てのひろば



11月の ぴよぴよだより



O歳~3歳の子どもと保護者対象 毎週 月~土(日·祝はお休み) 時間:10:00~17:00

〒179-0073 練馬区田柄 3-28-13 ☎ 03-3926-4934

木々の色づきが鮮やかになり、秋も深まってきましたね。ひろばには、みんなが知っている 『3びきのこぶた』をテーマにした壁面装飾が飾ってあります。 かわいいこぶたちゃんたちと写真 を撮ることもできますよ。是非、遊びにいらしてくださいね。

🍑 👊 🍇 🍕 ਘ 🥖 🥾 【11 月の予定のご案内】 🖊 🥞 🕊 🤻 🏰 🎺



\Box	月	火	水	木	金	土
						1 休室 文化展準備
2	3 文化の日	4	5 保健相談会	6	7	8
9	10	11	12 グリムカンパニー	13	14	15
16	17	18	19 作って遊ぼう さくらサポーター	20 作って遊ぼう	21	22
23 勤労感謝の日	24 振替休日	25	26 リトミック	27	28	29

す。ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解ご協力よろしくお願い致します。

30 11月1日(土)は地区館事業『文化展』準備の為、ぴよぴよは休室となりま

区立保育園の看護師による【保健相談会】 11月5日(水) 10:30~12:00 ぴよぴよ室内にて 個別相談にもお応えします。予約はいりません。



【グリムカンパニー】 11月12日(水) 10:30~11:00 第4会議室 パネルシアターと人形劇のショーで、楽し いひと時をいっしょに過ごしましょう。 予約はいりません。

【リトミック】 11月25日(火) 10:30~11:00 定員 10 組 ▶ 対象年齢 1歳~2歳0か月 第4会議室 *予約受付: 11月18日(火)10時から電話 または直接職員にお声がけください。

11月19日(水)・20日(木) 10:00~16:00 両日ともに先着10名 クリスマスツリーをお星さまで飾りましょう。予約はいりません。

【さくらサポーター】 11月19日(水) 10:30~11:00 音楽室にて

さくらサポーターによる素敵なコーラスをお楽しみください。

みなさんの知っている歌が、あれば一緒に歌いましょう*******



《プチ情報コーナー》

ここでは、健康維持やホームケア・感染症・食育・安全・発達につ いてなど…ちょっとした情報をお知らせしていきたいと思います。



かぜよりも症状が重く、感染力も強いインフルエン ザ。0、1、2歳児がかかると、肺炎やインフルエン ザ脳症を引き起こすことも。予防接種を受けておく と、万が一かかっても軽い症状で済むので安心です。



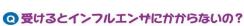


○ 去年インフルエンザの予防接種を受け たので、今年は受けなくてよい?

3つがあり、年によって流行する型が違います。A 型B型がよく流行しますが、毎年予防接種を受け ることで、効果が期待できます。



0



△ 必ず発病を防げるというものではありませんが、 かかっても重症化したり、合併症を起こしたりす るリスクを減らすことができます。



◎ 予防接種の効果が続く期間は?

⚠ 接種後、効果が現れるまでに約2週間かかり、そ の後半年くらいは持続します。



◎ 接種の方法は?

▲ 生後6か月から受けられます。大人は1回接種、 13歳以下の子どもは2回接種が必要。1回目の接 種の後、2~4週間あけて2回目を接種します。 ただし卵アレルギーがある子は、医師と相談しま



△ 最も患者数が増えるのは1月~2月です が、流行は 12 月ごろから始まります。それ までに免疫をつけておきたいので、1回目 は10月後半ごろ、2回目は2~4週間後 に接種しましょう。



立った姿勢ではいてみてチェック!

□歩き方が不自然ではないか? □痛いと ころはないか? 口かかとがブカブカして いないか?

○ いつご3受けたほうがよいの?

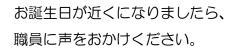


0

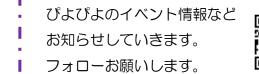
OP

《誕生日のお祝い》

誕生日カードを作成し、個別に お祝いをします。



Bee de ce B



X(旧 Twitter について>

練馬区立子ども家庭支援センター



サイズの合わない靴やデザイン優先の靴、 また、はきぐせのついたお下がりの靴は、転 倒やけがの原因になるだけでなく、子どもの 足の骨や体全体の成長を妨げます。子どもの 成長は早いので、シーズンごとにきちんとサ イズを測り、足にしっかりフィットする靴を 選びましょう。

よちよち歩きのころ(プレシューズ)

●足首の関節まで保護●かかとが補強されて いる ●弾力のある靴底 ●やわらかい素材

歩き始めのころ

(ファーストシューズ)

クッション性のあるかかと歩き方が安 定してきたら、ローカットでも良い

- *つま先が広く、反りあがっている
- *指先に7~8 mmのゆとりがある
- *甲の高さがきちんと調整できる
- *足の動きに合わせてソフトに曲がる

