

# 子育て支援センター



1月



もうすぐクリスマス、そしてお正月と子どもにとってうれしいイベントが続きます。胃腸炎やインフルエンザなどが流行しているニュースを毎日目にしますね…手洗いうがい、消毒など感染症に注意しながら楽しいクリスマスや年末年始をお過ごしください。おうちで遊べるボードゲームやふくわらいなどを今から準備してみるのもいいですね♪

室温は、20℃くらいを目安に、あまり外気温との差が大きくなないようにしましょう。冬は、空気が乾燥しやすく、乾燥するとウイルスが繁殖しやすくなるといわれています。冬の湿度は何もしないと20~30%くらいまで下がることが多いので、室内にぬれたバスタオルをつるしたり加湿器を使うなどして50~60%前後に保つように工夫をしましょう。加湿器は雑菌の拡散しにくい水の粒子が細かい加湿器がおすすめです。ただし、加湿器は手入れをおこなうとカビの温床になってしまうので、フィルターの掃除などは念入りに、こまめにするようにしましょう。



## ★親子ピラティス★

日時：1月9日(金)

午前10時00分～11時00分

【応募は終了しております。直接お問い合わせください】

講師：ピラティスインストラクター

小川 ちひろ氏

対象：市内在住の3か月から1歳0か月の  
乳幼児と保護者6組

\*この講座は未就園以外のかたでも応募可能です！



## ウキウキ給食試食会

日時：1月21日(水)

午前11時15分～11時45分

【応募期間：1月6日(火)～1月9日(金)】

対象：市内在住の乳幼児(未就園)と保護者6組

\*離乳食の方以外

費用：親子1組500円

\*お子さん2人以上でお申し込みの場合、  
2人目以降お子さん1人につき+250円かかります。

\*食べ終わった方から順次解散となります！



## 親子ふれあいひろば

日時：1月27日(火)

午前10時30分～11時30分

【応募期間：1月13日(火)～1月16日(金)】

場所：西小・西第三児童クラブ

(駐車場有・現地集合、解散)

内容：制作・ふれあい遊びなど

対象：市内在住の乳幼児(未就園)と  
保護者8組



色々な魚を作って  
遊びましょう！

1月

1月

令和7年12月20日 発行

しらおか虹保育園内

子育て支援センター「虹」

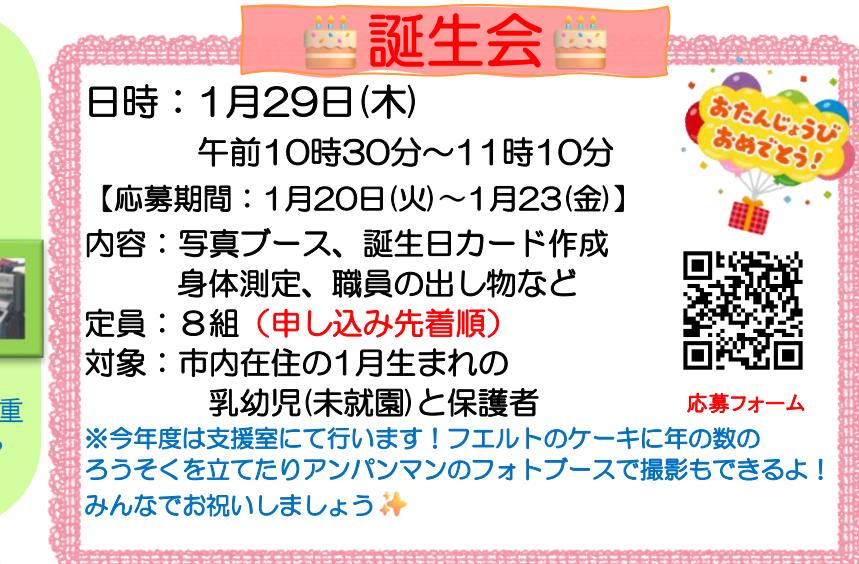
白岡市上野田12522-1

TEL 0480-31-7750 FAX 0480-31-7751

開館時間 午前10時～午後4時 (休館日 土・日・祝)

(準備時間 午後0時30分～午後1時30分)

令和7年12/27～令和8年1/4  
お休みとなります。



## ぷち・ルンルン

～子育て仲間を作りましょう～

日時：1月20日(火) 午前10時30分～11時45分

※時間内、随時受付となります

終了時間までにお越しください！

内容：親子の交流、寝相アート、記念カード作りなど

対象：市内在住の**2か月～12か月**の乳幼児(未就園)と  
保護者



\*駐車場に限りがありますので、ご了承ください。