

1月の予定	日程	時間	場所	費用	内容
ママヨガ	1月22日(土)	10:30~11:45	光明第三保育園	初回無料!	お子様と一緒に、ヨガで心も体もリフレッシュしませんか? 予約制で10名までとなっております。
誰でもヨガ		13:00~14:15	広間	2回目以降500円	身体が硬くても大丈夫! 誰でも参加出来るレッスンです。マスク着用のもと、間隔を空けて行います。予約制です。
こま回し	1月13日(木)	10:00~10:30	光明第三保育園 広間	無料	昔ながらの遊びをみんなで一緒に楽しみましょう。こま回しの得意な保育士が優しく教えます!
図書貸し出し	月~金	10:00~16:00	光明第三保育園 図書コーナー	無料	様々な種類の絵本が揃っておりますのでお気軽にお越し下さい。(予約不要)
保育所体験	月~金	10:00~10:30	光明第三保育園	無料	同じ年齢の子どもたちと一緒に、楽しい時間を過ごします。今年度は、時間を短縮して、園庭で遊びます。予約制です。
園庭開放	月~金	13:00~15:00	光明第三保育園	無料	保育園の園庭で遊んでみませんか? 予約不要ですのでお気軽にお越し下さい。

保健室より



子どものかぜと免疫力



あかちゃんはお母さんの胎盤からの免疫があり、生後6ヶ月ぐらいまで守られています。その後、免疫が切れはじめ、1歳前になると全く免疫のない状態になります。免疫が切れたあとは、風邪で熱を出したり、鼻水、咳が出たりして身体が抵抗していきます。それを繰り返してあまり風邪をひかない強い体になります。また、かぜのウイルスに効く薬はなく、基本的には体の免疫力で治していきます。咳止め、熱さましなどの対処療法としての薬はあるので、熱で寝れない、食べられない等の時は薬で症状を和らげましょう。



問い合わせ先：光明第三保育園 (8:30~17:00)
TEL 042-624-3051 (担当：青柳、鴨池)