



# 春先のかぜ

まだ朝夕は気温が低く、日中との気温差が大きい  
ために、かぜをひいてしまう子どもが多くなっ  
ています。環境の変化で緊張が続き、心身ともに疲  
れがたまっているのかもしれない。初めて集団  
生活に入ったお子さんは特に、おうちでゆったり  
と過ごしてくださいね。

## かぜかな?と思ったら

- 体を温かく保つ
- 栄養のある物を食べる
- 十分な睡眠と休養をとる
- 水分補給を心がける



熱がなくても、せきや鼻水が出るときは  
体調が不安定です。安静にして過ごしましょう。



# 「えほんといっしょ」



## 「おかあさんといっしょ」

作/藪内正幸 福音館書店

イヌ、ネコ、ライオン、動物の親子は  
いつも一緒。とっても仲良し!!  
今日は何をして、あそぶのかな??



幼保連携型認定こども園 あけぼのこども園

# 子育て支援だより 4月号

# あけぼの

## ☆支援センターのイベント情報☆

**【おはなし会】**  
～大型絵本～  
4月5日(土) 10:00～  
・参加費 無料  
・申し込み 4/4(金)まで



**【なかよしランド】**  
～園庭散歩～  
4月11日(金) 10:00～  
・参加費 無料  
・申し込み 4/10(木)まで



**【ママクラブ】**  
～こいのぼり手形製作～  
4月21日(月) 10:00～  
・参加費 無料  
・申し込み 4/17(木)まで



★気軽に遊びに  
お越しください♪

あけぼのこども園  
子育て支援センター

◎ 支援センター開放時間 (月～土 8:00～13:00)  
◎ 毎月イベントがあります♡  
(おはなし会/なかよしランド/ママクラブ/園行事参加等)  
◎ 黒石市外の方も大歓迎です♪  
◎ 園の見学・入園説明・相談も随時受け付けています。  
お気軽にお電話ください。

TEL 53-1992

ホームページはこちら→

【あけぼのこども園】  
黒石市あけぼの町95

黒石市警察署の通り。ファミリーマートさんの隣です。





# ま～なひろば



## 〈4月の実施予定日〉

◎スポカルイン黒石

2階親子アリーナ (9:20 ~ 12:30)

4月 3日 (木)

4日 (金)

10日 (木) 身体測定

ミニ講座「感染症について」

11日 (金) 身体測定

17日 (木)

18日 (金) こいのぼり製作

24日 (木)

25日 (金)



◎わのまちセンター

1階 子ども広場 赤ちゃんルーム

(9:00 ~ 12:00)

4月 8日 (火)・15日 (火)・22日 (火)

☆参加費は無料です!!

☆育児中の方なら誰でも親子で遊べるひろばです♪

来所ポイントで  
プレゼントも  
用意しています。



## ご存知ですか? 予防接種のメリット

予防接種には、さまざまなメリットがあります。小さな子どもは予防接種の種類や回数が多いので、わからないことや心配なことはかかりつけ医に相談しましょう。



**子どもを守る**

予防接種を受けると、その感染症への抵抗力がついて感染しにくくなります。また、かかったとしても、軽くて済み、合併症などを起こしにくくなる効果もあります。



**みんなを守る**

予防接種を受けて抵抗力をもつ人が増えると、人から人へうつりにくくなるため、その感染症の流行が起りにくくなります。接種する人が増えることで、みんながかかりにくくなるのです。

**接種できない人を守る**

接種する人が増えて、社会全体で感染症の流行を防げるようになると、妊娠中の人や、病気など健康上の理由で接種が受けられない人を守ることができます。

## 4月休日在宅当番医

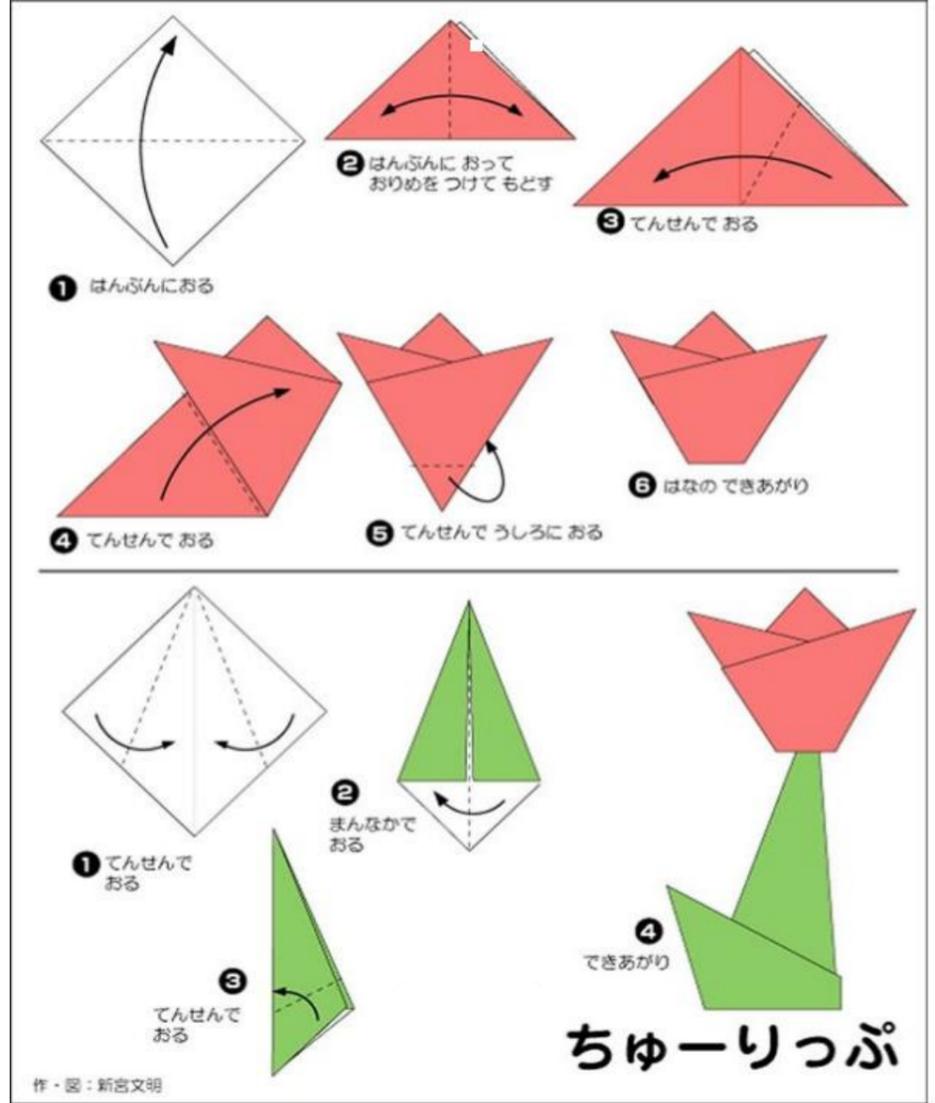
- 6日 (日) 黒石あけぼの病院 52-2877
- 13日 (日) 山谷 胃腸科内科 54-8370
- 20日 (日) 黒石 病院 52-2121
- 27日 (日) 兼平 医院 52-3305

★このほか 弘前急患診療所 (34-1131)  
【休日10:00~16:00】【夜間19:00~22:30】

★病院か、様子見か迷ったら・・・  
こどもの救急(生後1か月~6歳対象)



## おりがみあそび



4月 乳幼児健診 場所: スポカルイン黒石		
乳児健診	4月22日 (火)	R6年12月生まれ
1歳半健診	4月15日 (火)	R5年 9月生まれ
2歳児健診	4月23日 (水)	R4年 9月生まれ
3歳児健診	4月16日 (水)	R3年 9月生まれ