

## こんなうんちは 心配です

うんちは健康のバロメーター。おむつ替えのときは、ぜひうんちの状態を確認してみてください。要注意なうんちは「白」「赤」「黒」の色のもの。病気の可能性があるので、おむつを持って診察を受けましょう。

白

酸っぱいにおいがしたり、白っぽい水のようなうんちが出るときは、ウイルス性胃腸炎などの疑いがあります。

赤

真っ赤な血や、大量の血が混じっているうんちは、腸の病気や急性胃腸炎の可能性があります。

黒

黒っぽい便が何度も続くときは、胃や十二指腸など、消化管の上のほうで出血している可能性があります。

## 「えほんといっしょ」



### 「さんかくサンタ」

作/ *tupera tupera* 絵本館

さんかく・まる・しかくで愛らしいクリスマスのおはなしです。ページをめくるたびに広がるカラフルな色は、まるでイルミネーションのように特別な日をステキに盛り上げます！



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

# あけぼの 12月号

## ☆支援センターのイベント情報☆

### 【なかよしランド】

～読み語り・朗読～

12月17日(水)10:00～

毎年子ども達に大好評！  
ちづいいまこさんによる  
読み語りと朗読です。



・参加費 無料・申し込み 前日まで

### 【おはなし会】

～大型絵本～

12月20日(土)10:00～

今月のおはなし  
「クリスマスの  
かくれんぼ」



・参加費 無料・申し込み 前日まで

### 【なかよしランド】12月22日(月)10:00～

～クリスマス♪コンサート～

ピアノやサックスなどの生演奏を聴きながら  
一緒にクリスマス気分を味わいませんか？

・参加費 無料・申し込み 12/20(土)まで



### 【ママクラブ】12月24日(水)10:00～

～クッキング～「クリスマス♪スマッシュケーキ」

食パンと水切りヨーグルトを使用した  
赤ちゃんも食べられるケーキを作ります☆  
出来上がったらお持ち帰りできますよ！

・参加費 300円・申し込み 12/20(土)まで



★写真はイメージです

★気軽に遊びにお越しください♪お待ちしています！

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→



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

〈12月の実施予定日〉

◎スカルイン黒石

2階 親子アリーナ (9:20 ~ 12:30)

- 12月 4日 (木)
- 5日 (金)
- 11日 (木) 身体測定 / 保健師さん来所
- 12日 (金) 身体測定  
育児講座「家庭内で起こりうる事故について」
- 18日 (木) お正月製作
- 19日 (金)
- 25日 (木) Christmas Day
- 26日 (金)



〈第三木曜日は12:30 ~ 14:00まで個別育児相談〉

◎わのまちセンター

1階 子ども広場 (9:00 ~ 12:00)  
12月2日 (火)・16日 (火)・23日 (火)

※12月9日(火)はお休みです

☆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  
用意してます。



新型コロナ／インフルエンザ／かぜ／  
ウイルス対策には手洗いが大切

手洗いは簡単で確実なウイルス対策です。手を洗う前に手に付いたウイルスを100万個として見えていくと……



流水で  
よく洗う  
普通のハンドソープや石けんを  
よく泡立てて、両手をもみ合わ  
せて洗います。除菌ソープなど  
でなくても大丈夫。



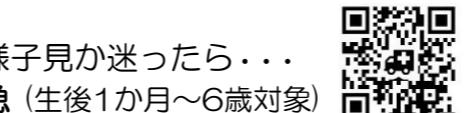
「30秒のもみ洗い+流水すぎ」でウイルスは  
数百個、「10秒のもみ洗い+流水すぎ」を2  
回繰り返すと、なんと数個程度まで減ります。

## 12月休日在宅当番医

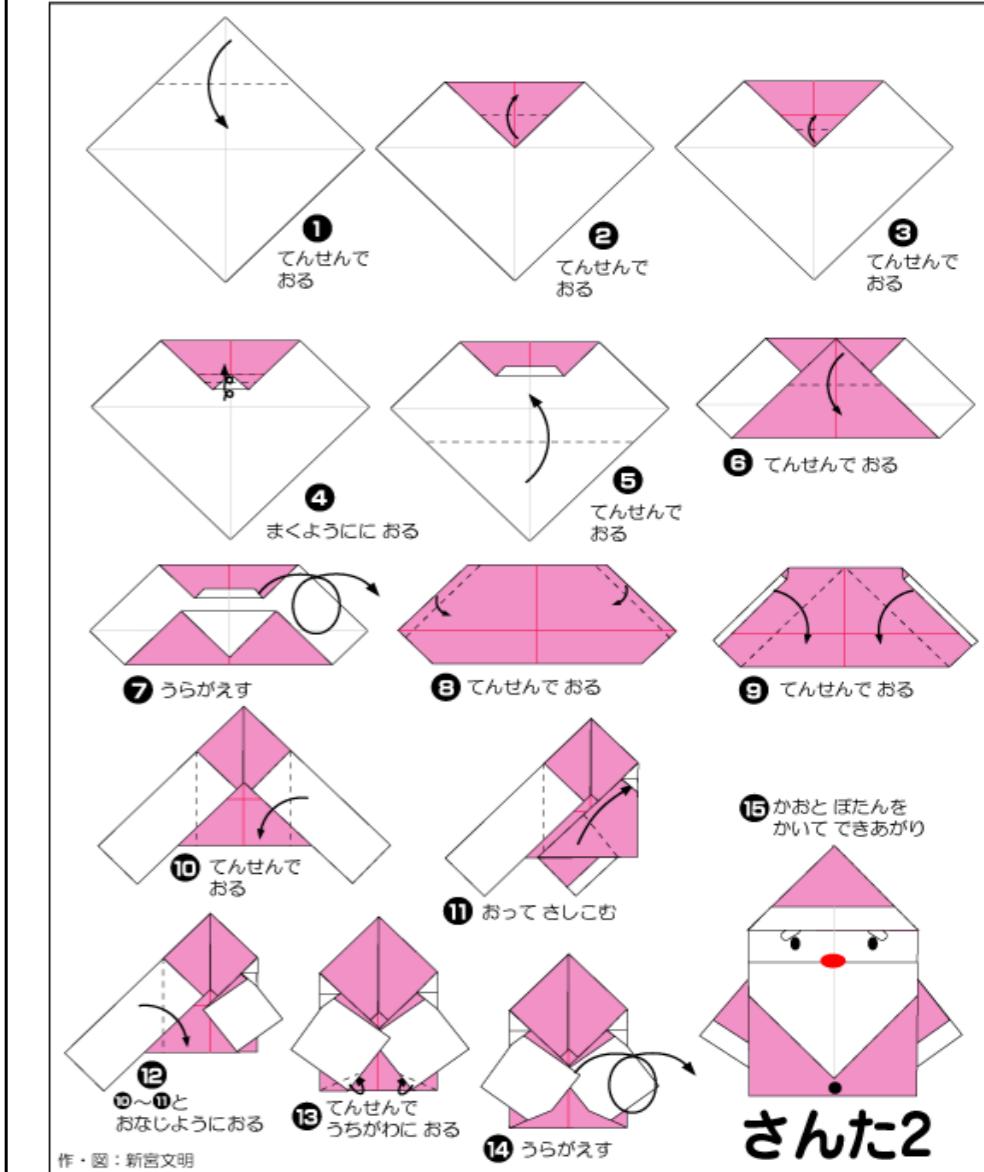
- |                  |         |
|------------------|---------|
| 7日 (日) ちとせクリニック  | 53-7228 |
| 14日 (日) 山谷 胃腸科内科 | 54-8370 |
| 21日 (日) 黒石病院     | 52-2121 |
| 28日 (日) 黒石あけぼの病院 | 52-2877 |

★このほか 弘前急诊診療所 (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…  
子どもの救急 (生後1か月~6歳対象)



# ありがみあそび



さんた2



## 12月 乳幼児健診 場所:わのまちセンター

乳児健診	12月16日 (火)	R7年 8月生まれ
1歳半健診	12月 9日 (火)	R6年 5月生まれ
2歳児健診	12月17日 (水)	R5年 5月生まれ
3歳児健診	12月10日 (水)	R4年 5月生まれ