



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あります。

黒



黒っぽい便が何度か続くときは、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。ページをめくると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！

ちづいまいこさんによる
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～

ピアノやサクソ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☆
出来上がったか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！お待ちしております！

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。



＜12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）

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100万個として見ていくと……

1
流水で
よく洗う



流水で15秒手を洗うだけで、
手に残るウイルスの数は約1万
個になります。

2
泡立てた石けんで
手をもみ洗いする



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。

3
しっかりすすいで、
清潔なタオルでふく



最後は流水でしっ
かりすすぎます。

「30秒のもみ洗い+流水すすぎ」でウイルスは
数百倍、「10秒のもみ洗い+流水すすぎ」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

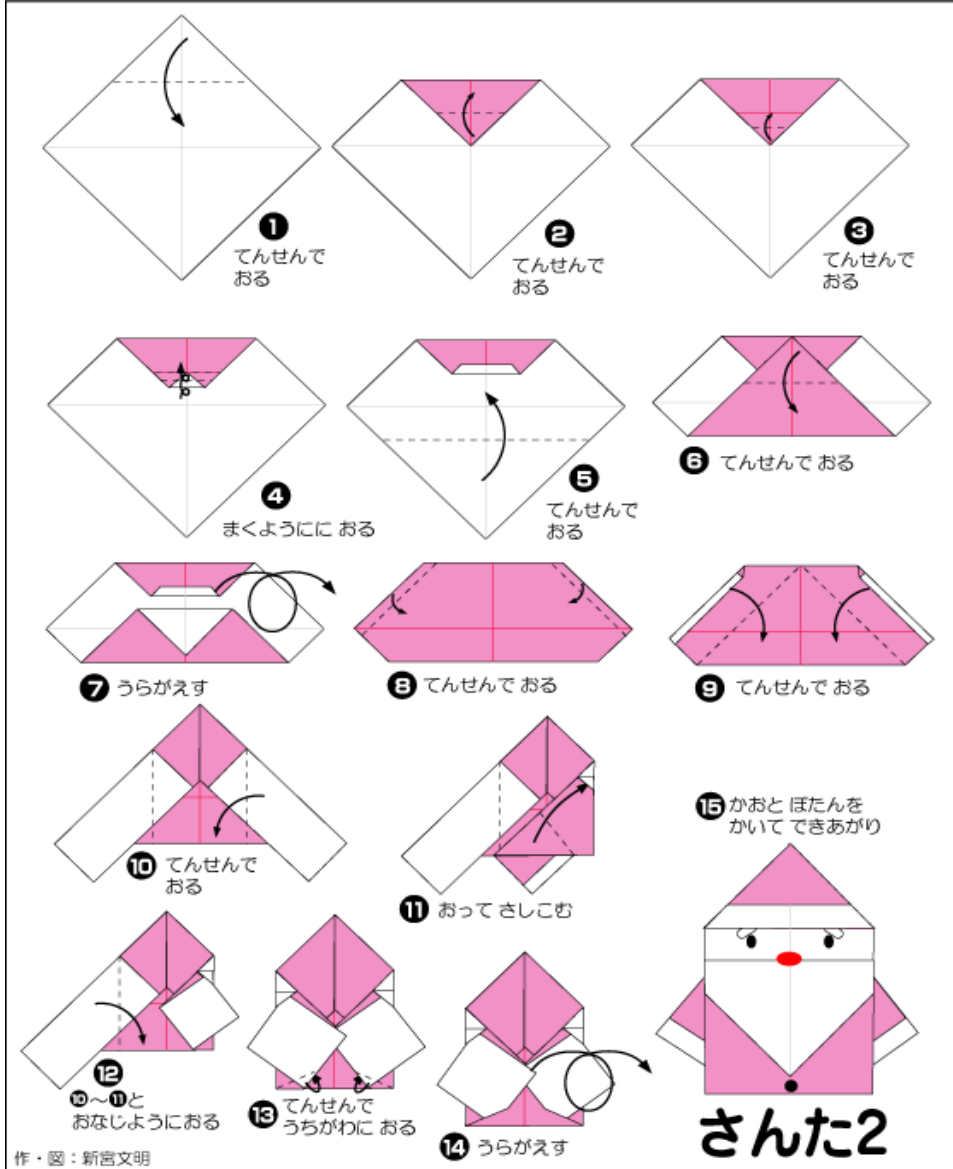
28日（日）黒石あけぼの病院 52-2877

★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



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