



令和 7 年度 本庄市立いずみ保育所

子育て支援センターだより

【お問い合わせ】
本庄市立いずみ保育所
子育て支援センター
TEL0495(22)4891
(保育所と共通です)

まだまだ寒い日が続きますが、少しずつ春を感じる季節になってきました。花粉症も気になる時期です。花粉症は風邪の症状と紛らわしいですし、子どもはうまく伝えることができません。気になるようでしたら、小児科や耳鼻科を受診してみてください。

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|--------------------|-------------------------------|---------------------|------------------------------|------------|
| 2 ひろば | 3 ぷりん：制作 【節分のお面】 | 4 ひろば | 5 ひろば | 6 ひろば |
| 9 ひろば | 10 ぷりん：制作・遊び 【ハートのステッキ】 | 11 建国記念の日 お休み | 12 ひろば | 13 ひろば |
| 16 ひろば | 17 ママサロン 【楽器遊び】 | 18 ひろば | 19 ひろば | 20 ひろば |
| 23 天皇誕生日 お休み | 24 ぷりん：運動 【バルーン遊び】 | 25 ひろば | 26 AM:身体測定 PM:会議のためお休み | 27 身体測定 |

☆ぷりんとは・・・10 時～30 分程度、歌やふれあい遊び、絵本の読み聞かせや季節の制作、幼児向けの運動遊具などを使用して親子で楽しく過ごします。

☆ひろばとは・・・支援センター内でお子さんと自由に遊べます。



◎ママサロン 2月17日 10時～【楽器遊び】

ママサロンのみなさんと、楽器遊びを楽しみましょう。



2月26日（木）午後は支援センター会議のためお休みです。

《今月のぷいん》

- ・2月3日（火）制作：節分のお面



節分のお面を作った後に、カラーボールを豆に見立てて豆まきをします。

「おにはそと～、ふくはうち～」と福を招き入れましょう。

- ・2月10日（火）制作：ハートのステッキ

ハートのかわいいステッキを作って遊びましょう。

振ると太鼓のようにトントン音がします。



- ・2月24日（火）運動：バルーン遊び

バルーンを使ってみんなで体を動かしましょう。

《身体測定》2月26日（木）・27日（金）

一年間の成長が記録できるカードをお渡しします。初めての時と3月には手型が取れます。

ママの体調やお子さんの発達について等、気になることがあればご相談ください。

終了後は自由に遊べます。



子どもの花粉症について

こんなサインに 注意

花粉症の 三大症状

くしゃみが出る

鼻水・
鼻づまりが続く

目を
こする

大人の病気と思われがちですが、5～9歳では13.7%、10～19歳では31.4%もの子どもが花粉症だというデータがあります。花粉症の症状があっても、熱がないなら大丈夫、と油断しがちですが、花粉症の症状がずっと続くと不快だけでなく、さまざまな問題を起こすおそれがあります。

●口をいつも開けている

しつこい鼻づまりのために、口呼吸になります。乾いた空気が口から喉に入るため、風邪などをひきやすくなるおそれがあります。

●なかなか寝ない

●日中元気がない、きげんが悪い

息苦しさのために、よく眠れなくなります。そのため、昼間に元気に遊べなかったり、きげんが悪くなったりします。小学生になると、授業に集中できないなどの問題が起こってくることも。



花粉と接する機会を減らそう

花粉症対策は、花粉に触れないようにすること。花粉に接する機会が多いほど、花粉症になる可能性が高くなります。花粉が増えるシーズンは、治療と予防をかねて、身の回りの花粉との接触を減らしましょう。

花粉を家に持ち込まないために

外干ししない

花粉が多く飛ぶシーズンは、洗濯物を外に干すのを控えましょう。

玄関で脱ぐ

外から帰ったら、コート類は玄関で脱いで着るすなど、室内に花粉を持ち込まないようにしましょう。

服からも取り除く

衣類をはたくと、花粉が舞い散って逆効果です。粘着テープなどで取り除く、花粉がつきにくいツルツルの素材の上着を選ぶなどがおすすめです。

