



立春を過ぎると、暦の上ではもう春です。まだまだ寒い日もありますが、芽吹いた草花や吹く風からは、少し春を感じられるようになりました。

日中の暖かい日には、ともランドに参加してたくさん遊んでいってください。お待ちしております。

## <今月の活動>

| A.あそびにおいでよ<br>月曜日 | B.あそびにおいでよ<br>水曜日 | C.ほほえみくらぶ<br>金曜日 |
|-------------------|-------------------|------------------|
| 3 休み              | 5 休み              | 7 リズム遊び          |
| 10 雪だるまを作ろ        | 12 雪だるま作り         | 14 雪だるま作り        |
| 17 ひな人形作り         | 19 ひな人形作り         | 21 ひな人形作り        |
| 24 休み             | 26 リズム遊び          | 28 リズム遊び         |



**大きな雪だるまを作ろう**  
新聞で丸めた大玉を重ねて大きいなだるまをつくりま〜す。

### 今月のうた

- ゆきのペンキやさん
- おすもうくまちゃん
- いぬのおまわりさん



### ◆乳幼児の便秘について・・・

離乳が始まり、ミルクの量も減り水分不足が大きく影響されます。直腸に便がたまる状態が続くと、直腸が伸びきって便意を感じにくくなり便秘しやすい状態になります。便秘は、薬や浣腸で出してあげますが、便秘体操などで日頃からマッサージしてあげることもオススメです。また、日頃から排便に対する恐怖心やストレスを軽減し、食物繊維や水分を摂取するようにしましょう。

### ★便秘体操★

赤ちゃん体操の時に、無理なく進めていきます。

機嫌が良い時に仰向けにして、おへそを中心に大きな円を描くつもりで、時計回りに6、7回を目安にゆっくりマッサージをします。

両足の上げ下ろしも効果があります。

毎日の便も十分な観察をして色・臭い・固さなどを見ていきましょう。

こんな事業を行っています。  
ぜひ利用してみてください!!

### ○体験保育～らんらん～○

お子様の年齢のクラスにて親子で体験できる保育です。離乳食・赤ちゃん体操などについても詳しくお伝えすることが出来ます。予約制となっておりますのでお友達とお誘いあわせの上おいでください。

### ○一時預かり保育○

心身の為のリフレッシュ・病院・介護・冠婚葬祭・学校等の会合等、お困りの際にお預かりしております。

