



秋の深まりを感じはじめたかと思ったら東京での雪。11月の降雪は54年振りとのことですのでとても珍しいですね。雪を見ると一気に気持ちは冬モードに突入してしまいます。初めての冬を経験する赤ちゃんもいらっしゃると思いますので、今回は冬の過ごし方についてお知らせします。

【赤ちゃんの冬の過ごし方】

◆お部屋の温度

・冬は保温に気をつける。・お昼は20度前後に、夜は10度以上あれば十分。・乾燥し過ぎないように、50～60%の湿度に保つ。・換気にも十分注意する。

◆衣服

・1か月未満ならー長袖の肌着+木綿の厚手のカバーオール。・1か月過ぎたらー短袖の肌着とカバーオールを。寒い時には、ベストを重ねる。・這い這いするようになったらー動きやすいように、上下の分かれたトレーナーがよい。

◆ふとん

・室温が20度前後あればかけるものはタオルケットかベビー毛布でよい。・夜は昼間より1枚多く、ベビーふとんを重ねる。・電気毛布は暑すぎるので使用しない。・ふとんから飛び出すときは、暑すぎるかも。・手足が冷たいのは心配ない。

◆入浴

・あらかじめ着替えを用意して、室温を20度前後にしておく。・お風呂の温度は40度前後がよい。・くび・わき・またなどくびれているところを重点的に洗う。・頭も毎日洗う。・からだをよくふき、汗がひくのを待って服を着せる。

◆外出

・寒くても、暖かい時間を選んで外出する。・お出かけの時は、1枚多く風を通さない素材の上着を着せる。・ベビーカーで出かけるときは、膝かけなどで暖かくする。・車で出かけるときは、車外は寒いので簡単にはおれるケープやコートを持参する。



今月は特にありません。1月に保育所体験があります。

●2016年度パートナー保育登録について

下記の内容をご記入の上、yamate_kohitsuji@yahoo.co.jp までメールしてください。

保護者名/ひらがな ご住所 電話番号

お子さんのお名前/ひらがな お子さんの生年月日

登録後、保育園の地域活動(出前保育、親子体操、育児講座等)のお知らせをメールでお知らせしていきます。



山手こひつじ保育園

2016・11・25発行

府中市白糸台4-13-8

TEL 042-314-0840

見学は随時受け付けています。