



## イベントカレンダー

★:要予約。電話・ひろばで受付。先着順。

♪:オンライン。のびすくホームページ専用フォームから申込。

マークなし:申込不要、直接会場へ。

\* イベント中の動画撮影と SNS への投稿はご遠慮下さい。

\* 個人情報は目的以外に利用いたしません。

\* イベントの場所は、こどもひろばです。参加者以外の方はこどもひろば以外の場所は利用できません。

PICK  
UP

日	月	火	水	木	金	土
<p>★「パパを楽しもう！」 1/24(土)10:00~11:00</p> <p>パパだって子育てを楽しみたい! そうは言っても「仕事は大変。」「遊び方がわからない」遊びのコツや子育ての楽しみ方を教えてもらいます。</p> <p>講師:齋藤 勇介さん(保育士) 対象:乳幼児と保護者 定員:10組(こどもといっしょ可)</p>		<p>ありがとうございます 1/16(金)10:00~16:00</p> <p>のびすく仙台開館 22 周年です。お店やさんごっこやダンスタイム、フォトコーナーなどおたのしみを用意して待っています。</p> <p>遊びに来てね♪</p>		1	2	3
				<p>～ 年 末 年 始 の お 休 み ～ 12/29(月)～1/3(土)まで</p>		
4	5	6	7	8	9	10
	<p>休館日</p>	<p>受付中 ★ママの相談室 10:30~12:00</p>	<p>受付中 ♪のこことオンライントーク 14:30~</p>	<p>申 12/25~ ★栄養士さんに聞いてみよう 14:00~15:30</p>	<p>申 12/20~ ★出前のびすくにこにこひろば 10:00~12:00 場所:みやぎ生協愛子店 やさしいフラ 14:00~14:40</p>	
11	12	13	14	15	16	17
	<p>臨時休館日 休館日</p>	<p>休館日</p>		<p>ママとキッズの音楽あそび 10:30~11:10</p>	<p>ありがとうございます 10:00~16:00</p>	<p>フープオブハートのお話し会 14:30~</p>
18	19	20	21	22	23	24
<p>申 1/4~ ★プレバママ講座 10:00~11:30 対象:妊娠 28 週以降で初めてババママになる方 おもちゃばこのお話し会 14:30~</p>	<p>休館日</p>			<p>おはなしタイム 14:30~14:50</p>	<p>受付中 ♪オンラインのびすく探検! 14:30~</p>	<p>申 1/10~ ★「パパを楽しもう！」 10:00~11:00</p>
25	26	27	28	29	30	31
<p>腹話術 ~たろうくんがやってくるよ~ 14:00~14:15 阿部さんとたろうくんがたのしいトークや手遊びなどを披露してくれます。</p>	<p>休館日</p>	<p>発達相談タイム 10:00~12:00 おひとり 30 分程度</p>	<p>申 1/14~ ★せんだい助産師サロン 10:00~11:00 対象:2~5カ月の乳児とママ</p>	<p>申 1/15~ ★保育サービス相談 14:00~16:00</p>	<p>のびバブ day 10:00~11:00 対象:0歳児親子 プレバママ</p>	<p>1月生まれのファーストバースデー 10:30~11:00 対象:1歳児と保護者</p>

### イベント報告



#### 11/28(金)「初めての冬の暮らし」のお話 講師:青葉区家庭健康課 保健師

～赤ちゃんの冬の寒さ対策について～

室温と湿度:日中は 20℃前後、湿度 50～60%に保ち、1 日 2～3 回の換気。

服装:ママと同じか 1 枚少なめ(もしくは中に着るものを半袖に) 冬とはいえ着せすぎない。

夜間:室温 10℃以上、ベビー布団は昼間より 1 枚多く。

外出時:風を通さない素材の上着で、温かい時間帯に外出。

体温チェック:赤ちゃんの足がヒヤッと冷たいからといって、寒いわけではない。首の後ろに手を入れ、汗ばんでいれば暑い。お腹や背中まで冷たい時は寒い。手足が冷たいが明らかに体が熱く、でも汗はかいていないときは発熱している可能性が高いので体温測定を。

感染予防:赤ちゃんは大人や兄弟から感染することが多い。家族の帰宅後の手洗いうがいの徹底、赤ちゃんの手を拭く。

#### 【とっておきの一言】

どんなに感染予防しても、赤ちゃんは成長過程の中で風邪や熱を出しながら免疫力を付け強くなっていきます。「風邪はひくもの」と覚悟し、感染した場合はできるだけ軽くすむよう対処し、決して自分自身を責めないことが大事です!



\* 編集後記 \* 今年もあつという間に年末!みなさんどんな 1 年でしたか。2026 年も良い年になりますように♪

のびすく仙台では 1/16 のありがとうございます祭の準備をスタッフみんなで着々とがんばっています。あそびにきてくださいね☆ (pay)