

常設子育てサロン「ぱんだのへや」

ぱんだだより

12月号



令和7年11月25日発行

本格的な寒さに冬の訪れを感じる時期になりました。寒さが身に染まる一方で、晴れた日は透き通った青空に心地よさを感じられます。しっかり防寒をして、親子で散歩を楽しみながら「ぱんだのへや」に遊びに来ませんか。



手稲区保育・子育て支援センター（ちあふる・ていね）
札幌市手稲区手稲本町3条2丁目4-15 TEL: 681-3162
【ぱんだのへや利用時間】月～土曜日（祝日を除く）9:00～17:00

日	月	火	水	木	金	土
	1 野菜の日 	2	3 避難訓練 	4 ホールであそぼう 11:00～11:30 	5 赤ちゃん*ぱんだ 13:30～14:15 	6
7 お休み	8 身体測定週間 （～12日） 	9	10 	11 乳児クラスと あそぼう 10:00～10:45 	12 詳細はこち 	13
14 サンデーサロン 10:00～12:00 制作週間 （～20日） 	15 紙パックで パクパク人形 を作ります。 	16	17 子育て講座「赤ちゃんの 親子遊び」詳細は裏面 会場:保健センター 	18 	19 食育の日 栄養相談 14:00～14:30 	20
21 お休み 	22 	23	24 クリスマス会 10:00～10:30 	25 	26	27
28 お休み 	29	30	31	1/1	1/2	1/3

年末年始のため、12/28(日)～1/4(日)の間、「ぱんだのへや」はお休みです。



～ちあふる・ていね クリスマス会のお知らせ～

【日 時】12月24日(水)9:50～(20分程度)

2階ホールで、園児と一緒にボードビルや歌を楽しみながら、クリスマスの雰囲気を味わいませんか。

※事前の申込みは必要ありません

※当日9時40分までに直接「ぱんだのへや」にお越しください
(途中参加不可)

22日(月)～25日(木)は、
ぱんだのへやの“お楽しみ
タイム”がクリスマスバージ
ョンになります♪



冬の健康ワンポイントアドバイス



冬は、低い気温や空気の乾燥から、インフルエンザや感染性胃腸炎などの感染症が流行しやすい季節です。感染症を予防するために、正しい手洗いを実践し、規則正しい生活を送るよう心がけましょう。

流水・石けんによる手洗いは、手指についたウイルスを除去するために有効な方法であり、感染症対策の基本です。札幌市オリジナルの「しろくま忍者の手あらいソング」で正しい手洗い方法を身につけましょう！

しろくま忍者

検索



体の抵抗力を高めるために、十分な休養とバランスの取れた栄養摂取を日ごろから心がけましょう。



汚れが残りやすいポイント



室内では、こまめに換気をしましょう。常時換気設備や換気扇は、室温を大きく変動させることなく換気を行うことができます。窓開けによる換気を行う場合は、暖房器具の近くの窓を開けると、入ってくる空気が暖められるため室温の低下を防ぐことができます。



空気が乾燥すると気道粘膜の防御機能が低下します。加湿器などを使って適切な湿度(50~60%)を保つことも効果的です。



食事の前、トイレの後、遊んだ後、動物にふれた後は「手洗い」を忘れずに！

こそだてインフォメーションからのおすすめ

子育て講座 赤ちゃんの親子遊び

わらべうたやふれあい遊びを通して、親子でスキンシップを楽しみましょう。妊婦さんの参加も大歓迎です！先輩ママや赤ちゃんとの交流タイムがあります。

日 時:令和7年12月17日(水)

14:00~14:45

会 場:手稲保健センター2階 講堂

対 象:0歳~9か月のお子さんと保護者
これから親になる方

定 員:10組

受 付:電話で12月3日(水)9:00より開始

申 込:手稲区健康・子ども課

子育て支援担当係 TEL 681-1342

ぱんだだよりや子育てに役立つ情報は、「さっぽろ子育て情報サイト」から閲覧できます。



さっぽろ子育て
情報サイト



さっぽろ子育て
情報サイト
(手稲区版)



さっぽろ市
02-G02-25-631
R7-2-479