

# 2017年総集編

# あまがせ

# ベビーエンジェルNews

2017年もたくさんのママと子供たちに参加していただき本当にありがとうございました。  
 今回のあまがせ新聞は総集編となっております♪子供たちの成長は本当に早いものですね。  
 これからもママと子供たちに楽しんでいただけるよう万進していきたいと思っております(^\_^)



2017年楽しかったね♪



## 教室のご案内

育児サークル 1月15日 2月5日  
 ※1月よりベビークラスのみとなります。  
 ベビーマッサージ 1月22日 2月19日

## イベント情報

1月よりママカフェは予約制となっております。  
 1月22日(土) アンジュブランにて  
 時間: 10:00~11:30  
 料金: 500円

## 助産師のつぶやき

＜年末年始の救急病院の受診の仕方＞  
 かかりつけ医がお休みの年末年始。  
 何かあっても焦らずに対応できるようにしましょう。  
 ・小児科救急が設けられた病院を調べて電話。  
 対応してもらえるか確認して車で移動してください  
 ・小児救急でんわの利用  
 全国共通ダイヤル#8000で医師や看護師から  
 アドバイスもらえます。  
 赤ちゃんを迎えての初めての年末年始。  
 笑顔で迎えられますように♪

## 栄養士のワンポイント

「インフルエンザ予防の食事」  
 身体を温める食材や乳酸菌を取り入れ  
 ましょう(^^) /  
 ・玉ねぎ、人参、かぼちゃ、大根等)  
 大人はネギや生姜もオススメ♪  
 スープは身体を温めるだけでなく汁に  
 溶け込んだ栄養素を摂ることができます。  
 バランスの良い食事を心がけて十分に  
 睡眠をとることが一番の予防法です。