



こんにちは、こまキッズです。
 吹き抜ける風がますます冷たくなり、冬
 本番を迎えています。朝の挨拶が『寒い
 ですね』から始まる季節になりました。
 コロナウイルスも終息せず、感染者数も
 増すばかりで心配です。**状況によっては
 広場の開催ができない事もありますの
 で、ご利用前に必ずお電話でお問い合わ
 + せください。**



こまキッズ(駒木野保育園)
 ☎ (0428) 22-4804
 *気軽にお問い合わせください
 担当：伊東



1月の予定
21日(木) 池田美帆さんののびのび体操
 午前10時から始まります。
 ☆1月20日までに申し込みを
 してください。
 ☆1月は21日のみの開催となります。

**池田美帆さんの
 のびのび体操**

今回は、育児中の
 ママたちの体のケアを
 中心に行いました。
 終わった後は、体が
 楽になったようです。皆さんも参加しませんか？



次回は1月21日(木)
 みんなでリフレッシュ
 しましょう!!



スキンケア

寒くなると汗の量が減り、空気が乾燥して
 保湿力も低下するので、肌が荒れてきます。
 肌が荒れてカサカサになると、かゆくてかいて
 しまうことがあります。肌に優しい素材の服を
 着たり、保湿剤を塗ったりしてスキンケア
 をしましょう。室内の乾燥にも
 気をつけてください。

