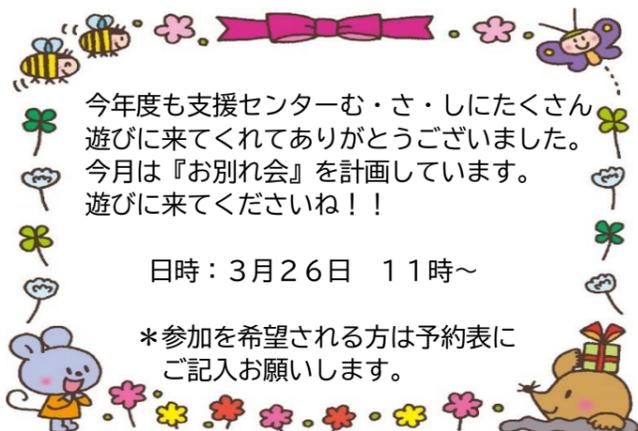




# おっぽ 3月

令和8年 3月発行 国東市立武溪保育所  
地域子育て支援センターむ・さ・し TEL 0978-69-0432

花の芽も膨らんで、いよいよ春がやってきます。日によっては、気温の低い日もあり「季節が逆戻りしたのかしら？」と思うこともありますが、体調を崩さないように気をつけて過ごしましょう。



今年度も支援センターむ・さ・しにたくさん遊びに来てくれてありがとうございました。今月は『お別れ会』を計画しています。遊びに来てくださいね！！

日時：3月26日 11時～

\*参加を希望される方は予約表にご記入をお願いします。

### ○支援センターの利用時間について○

◎月・水曜日 場所：武蔵保健福祉センター 児童室  
時間： 9:30～12:30  
13:00～15:00  
◎火・木・金曜日 場所：すこやか館（武溪保育所）  
時間： 9:30～12:30  
13:00～15:00

※園庭開放 火・木・金曜日 10:00～15:00

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
保健センター すきなあそび	すこやか館 おひなまつり	保健センター カードシアター	すこやか館 すきなあそび	すこやか館 すきなあそび
9	10	11	12	13
保健センター すきなあそび	すこやか館 すきなあそび	保健センター 読み聞かせ	すこやか館 カードシアター	すこやか館 パネルシアター
16	17	18	19	20
保健センター すきなあそび	すこやか館 にこにこ☆お話し会 保健講話/身体計測	保健センター 読み聞かせ	すこやか館 カードシアター	春分の日 (お休み)
23	24	25	26	27
保健センター すきなあそび	すこやか館 すきなあそび	保健センター 読み聞かせ	すこやか館 お別れ会	すこやか館 すきなあそび
30	31			
保健センター すきなあそび	すこやか館 パネルシアター			



## 節分会

泣き虫オニをおいだすぞ！

鬼はそと～♪  
福はうち～♪

いやいやオニ  
あっちいけ～

## 福の神

幸せを願うとともに...  
お菓子をまいてくれました。

父、母も  
脱ぎ散らかしオニ  
なまけものオニ  
夜中にアイス食べちゃうオニ  
パパにひと言多いオニ  
等々追い出しました！  
きっと追い出せたはず(笑)

## ひな祭りの由来

三月三日はおひなまつり（桃の節句）ともいわれ女の子のお祝いとしていられています。昔から、自分の邪気を人形に移して川に流すことで邪気払いをする「流しびな」の風習が、貴族の女の子たちの間で行なわれていたまごごのような「ひいな遊び」と合わさるようになり「ひなまつり」になったと考えられています。現在は、ひな人形を飾ることで女の子の健やかな成長を祈る行事となっています。



## ご挨拶

4月からあつという間の一年間でした。大切なお子さまの成長を近くで感じることができて、とても嬉しかったです。育児のことから美味しい食べ物の話などして楽しくすごせました。ありがとうございました。来年度も遊びに来てくださいね！入園、お仕事で環境が変わる方応援しています！  
支援センター職員一同

## 保健コーナー

### 花粉の季節がやってきた！

花粉が飛散する時期に入りますね。遺伝・体質によっては、0歳の赤ちゃんでも発症しないとは限りません。年齢を問わず発症する可能性があります！

#### ★子どもの花粉症サイン★

- 鼻水、目のかゆみ、浮腫みや赤み、くしゃみ
- 目が充血している
- ※口をポカンとあけていることが増える
- ※日中、いつもより不機嫌、落ち着きがない、集中力がない、元気が出ない様子が増える（夜ぐっすり眠れていない場合がある）

#### ～花粉の対策について～

外気浴も大切なので、花粉症対策は難しいですが、家庭に帰ってきてから、髪・衣類についた花粉をしっかりと落としたり、毎日の掃除をしっかりとすること、加湿をして花粉が舞い上がらないようにすること等が大切です。うがい出来る場合はうがいも効果的です！基本的な事ですが、地道な習慣の積み重ねが花粉症対策になりますよ（＾＾）

#### ※舌下免疫療法って??

現在は、5歳から対象。3～5年くらい継続する必要があるが、大人含め80%の方が効果を実感したという研究もあるそうです。スギ花粉・ダニアレルギーに効果があると言われています。保険診療+子ども医療費助成制度が適応される治療です！

子育て支援課  
TEL：0978-72-5114