



あぶらでん子育て支援センター



子育て支援センターは、親子の遊び場♪情報交換の場としても自由に利用できます!



日	月	火	水	木	金	土	
		5/12(火)は初めての方限定の日です。 支援センターを利用した事がない方、ぜひ一度遊びに来て下さい!				1 1 1	2 2 2 休館日
3 3 3 休館日 憲法記念日	4 4 4 休館日 みどりの日	5 5 5 休館日 こどもの日	6 6 6 休館日 振替休日	7 7 7 家庭児童相談員の方が来園されます。		9 9 9 休館日	
10 10 10 休館日	11 11 11 1	12 12 12 初めての方 限定の日午前	13 13 13	14 14 14 子育て相談日 午前	15 15 15	16 16 16 休館日	
17 17 17 休館日	18 18 18 お子様の成長を 確かめてみましょう		20 20 20 身体計測 午前	21 21 21	22 22 22	23 23 23 休館日	
24 24 24 休館日 31	25 25 25 2	26 26 26	27 27 27	28 28 28 支援センターの玄関は、正面に 向かって右 道路側の、アルミ フェンスから入った奥になります。		30 30 30 休館日	

花粉アレルギーのお話

うちの子
アレルギーかも

鼻水、クシャミが
止まらないので
すー

鼻づまりが苦し
いのか、夜中に
何度も起きます
ー

・お母さん達から

よく聞くようになりました。

鼻水、鼻づまり、クシャミ、機嫌が悪い等、風邪とアレルギーとの違いはつきにくいですがね

症状がひどいようならアレルギーの検査を受ける事をお勧めします!

各アレルギーを悪化させる食べ物をまとめてみました!

少しでも楽になればいいですね!

〈ヒノキ〉 3～ 5月・・・トマト・りんご・なす・ピーマン

〈スギ〉 2～ 4月・・・トマト・チーズ・味噌・鮮度の落ちた青魚

〈イネ〉 5～ 9月・・・メロン・スイカ・トマト・キウイ・ピーナツ・オレンジ

〈ブタクサ〉 8～10月・・・メロン・スイカ・バナナ

あぶらでん子育て支援センター
9:00～15:00 月～金

砺波市三郎丸 213 番地 1
TEL 0763-23-44

