



たけのこだより 7月号

梅雨明けはまだかな？と思う毎日ですね。高温多湿で、体がだるくありませんか？
お子さんと遊ぶのも一苦労ではありませんか？各子育て支援センターでは衛生面にも気を配り、快適な環境を整えて皆さんのお越しをお待ちしております。



地域子育て支援センター「夏祭り」

- ①7月6日（水）10時30分から
 - ②7月7日（木）10時30分から
- どちらも定員は10組程度となります。
※どちらかに申込みます。

☆6月27日（月）から申込みが始まっています。地域子育て支援センターの申込み用紙に記入に来てくださいね！
☆参加料無料です。
☆簡単なゲームやおもちゃすくい、盆踊りなどが楽しめます。

皆さん、遊びに来てくださいね～!!



【水遊びを楽しんでいます】

- 各子育て支援センターではその日の天候や気温に合わせて水遊びコーナーを設置します。
- ルールを守ってお友だちと楽しく水遊びをしましょうね。（プールの周りで水遊びを楽しみます。）
- 持ち物：濡れても大丈夫な服、着替え、帽子（大人も忘れずに）、汚れ物を入れる袋。オムツの替えは必ずお持ちください。
- 水分補給も忘れずに行いましょう



おいらせ

第1回「母親教室」を開催します。

7月12日（火）10時30分から11時30分まで
○プレママ・プレパパ、出産後の育児やしつけについて人が成長する時に一番の根っこになる「愛着」をテーマに様々なアプローチから「子育ては親育ち」を学んでいきます。全4回です。まずは第1回目に御参加いただき、緊張の連続の育児について、同じように悩んでいるママ友やパパ友を作りましょう。
当日は保健師の体重測定サービスもありますよ♡

【7月も行事がいっぱいです】

- 7月19日（火）おもちゃ作り
- 7月16日（木）親子体操教室
- 7月21日（火）誕生会
- 7月23日（木）栄養士さんと話そう

「問合せ先」

- 地域子育て支援センター 46-3042
- 戸倉地区子育て支援センター-28-9366
- 歌津地区子育て支援センター-28-9656
- 保健福祉課子育て支援係 46-1402

○夏の病気や過ごし方について○

赤ちゃんの水分補給 どうしたらよいの？

大人に比べて子どもは汗かき。特に生後7か月～2歳のころは新陳代謝がよく、おしっこ回数も多いので、たくさんの水分が必要です。のどが渴いていても言葉で伝えられないこともあるので、大人が気を配ってあげましょう。

※0～6か月の乳児には、母乳・ミルク以外飲ませる必要はありません。

水分補給のコツ

- 水分は、湯冷まし、麦茶、番茶などがお勧め
- お散歩の前後や、あそびの途中も忘れずに
- 様子を見ながら、ひんぱんに補給
- 嫌がるときは、無理に飲ませなくて大丈夫。時間を置いてあげましょう



あせもを防ぎましょう

あせもは、おでこやひじ、首の周りなど、汗がたまりやすく、皮膚がこすれる場所にできます。アトピー性皮膚炎のある子は、症状が悪化することもあるので注意しましょう。

あせもを作らない 3つのポイント

- 1 薄着が基本
- 2 吸湿性のよい木綿の肌着を着る
- 3 汗をかいたら着替える、タオルでふく、シャワーで流すなどして、常に肌を清潔に

夏は開放的になり、無防備になりがちです。ここに挙げた他にも、おなかの調子が急に悪くなったり、発熱が続く、なんだか機嫌が悪いなど、夏特有の病気があります。

「様子がおかしいな」と感じたら、早めに通院し、早期に原因を突き止め、適切な治療や対処を行いましょうね。元気に今年の夏を乗り切りましょう!!

もし、不安なことがあれば声をかけてください。

手足口病に注意しましょう

症状

発熱することもある

てのひら、足の裏、口の中、おしりに、赤い発しんがある



下痢をすることもある

夏に流行することが多い病気。感染力が強いので何度もかかる可能性があります。

口の中の水ぼうが痛むときは、プリンや野菜スープなど、のどごしのよい物を。



治った後も、2～4週間くらいは便にウイルスがあります。おむつ替への後は、しっかり手を洗ってください。

症状により、園をお休みしましょう。熱が下がって1日以上経過し、いつもどおり食事ができれば登園可能です。



テッキであそんだよ!