



梅雨の足音とともに七夕への期待も高まる季節になりましたね。室内遊びが増えるこの季節ですが、支援センターで皆さまの笑顔がたくさん見られることを楽しみにしています。

子育て支援センターの事業は、精華町在住の方に限ります。

=参加者募集=

◆◆◆出前おはなし会“おはなしポケット”◆◆◆

保育士が楽しく絵本や紙芝居の読み聞かせをします。一緒にほっこりしませんか？

日 時 6月22日(月) 午前11時~11時30分 予約受付 5月25日(月)~6月17日(水)	日 時 7月27日(月) 午前11時~11時30分 予約受付 6月29日(月)~7月22日(水)
--	--

- ◎場 所 みんなの元気塾(東畑地区)
- ◎対 象 者 町内在住で未就園の子どもと保護者
- ◎内 容 みんなの元気塾での開催については、簡単な伝承遊びをゆったりと楽しんだ後にお話を始めます。

◆◆◆パパママ講座「赤ちゃんパパ」◆◆◆

子どもの成長はあっという間です。パパも赤ちゃんとの時間を楽しみましょう！

日 時 6月20日(土) 午前10時~11時30分 予約受付 6月1日(月)~6月17日(水)	日 時 7月18日(土) 午前10時~11時30分 予約受付 7月1日(水)~7月15日(水)
---	---

- ◎対 象 者 町内在住で未就園の2か月~12か月まで(開催日現在)の子どもと父親
- ◎場 所 精華町防災保健センター みらっぷ(役場庁舎北側)
- ◎講 師 岡 いくよ氏(助産師)



◆◆◆子育てふれあい教室「第1回わらべうたあそび」◆◆◆

赤ちゃんとのスキンシップはとても大切です。わらべうたを通して親子のふれあいを楽しみましょう。

- ◎日 時 6月25日(木) 午前10時15分~11時15分
- ◎場 所 みんなの元気塾(東畑地区)
- ◎講 師 わらべうたサークル “おてんとさん” 奥 朗子 氏
- ◎対 象 者 町内在住で未就園の6か月~1歳6か月(開催日現在)の子どもと保護者
- ◎申込期間 6月1日(月)~6月17日(水)



◆◆◆すくすくフールーム よちよちひろば “歯っぴー講座”◆◆◆

初めての歯磨き、疑問もでてきますよね。子どもの歯について歯科衛生士さんと一緒にお話ししましょう。

- ◎日 時 6月29日(月) 午前10時30分~11時30分
- ◎対 象 者 町内在住で未就園の1歳6か月まで(開催日現在)の子どもと保護者
- ◎担 当 歯科衛生士
- ◎申込期間 6月1日(月)~6月17日(水)



◆◆◆1歳からのぴよぴよサロン◆◆◆

赤ちゃんサロンを卒業した方、あつまれ！親同士みんなで子育ての話をしましょう。

- ◎日 時 7月3日(金) 午前10時～11時30分
- ◎場 所 旧東畑公民館(いろは)
- ◎対 象 者 町内在住で1歳以上(開催日現在)の未就園児の子どもと保護者
- ◎申込期間 6月17日(水)～6月24日(水)

◆◆◆食育講座 離乳食「後期・完了期編」◆◆◆

野菜たっぷりのバランスのとれた食事や簡単に作れるおやつについて調理実習などを通して楽しく学びます。

- ◎日 時 7月7日(火)
午前10時～11時30分(受付:午前9時40分～9時55分)
- ◎場 所 むくのきセンター調理室(3階)
- ◎講 師 精華町 管理栄養士
- ◎対 象 者 町内在住で未就園の子どもと保護者
- ◎内 容 離乳食の後期・完了期編
- ◎参加費 400円
- ◎定 員 12組程度
- ◎申込期間 6月1日(月)～6月24日(水)
- ◎その他 託児があります。対象は2か月以上の未就園の子どもです。



◆◆◆にっこいひろば“絵本のひろば”◆◆◆

お話サークル「おはなしのこぼこ」さんによる、読み聞かせ会があります。

申し込み不要

日 時 6月23日(火) 午前10時30分～11時	日 時 7月28日(火) 午前10時30分～11時
------------------------------	------------------------------



お誕生日のつどいは、その月生まれのお友達が集まって、みんなでお祝いをします。身体計測をした後、誕生日カードに手形を押したり、手遊びや楽しいシアター(パネルシアターなど)もあります。

<p>6月生まれ“お誕生日のつどい”</p> <p>日 時 6月19日(金)</p> <p>時 間 午前10時～11時30分</p> <p>予約受付 6月1日(月)～ 6月12日(金)</p> 	<p>7月生まれ“お誕生日のつどい”</p> <p>日 時 7月17日(金)</p> <p>時 間 午前10時～11時30分</p> <p>予約受付 7月1日(水)～ 7月10日(金)</p> 
---	---

- ◎場 所 子育て支援センター
- ◎参加費 200円(カード代)

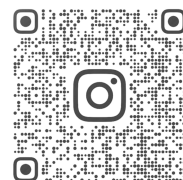
★お申込みはこちら!★

町ホームページまたはスマートフォンで
右の二次元コードからお申込みください。
または、Instagramのプロフィール欄
からお申込みください。



★Instagram★

事業の様子などを載せています。
「精華町子育て支援センター」で検索。
もしくはQRコードを読み取ってください。



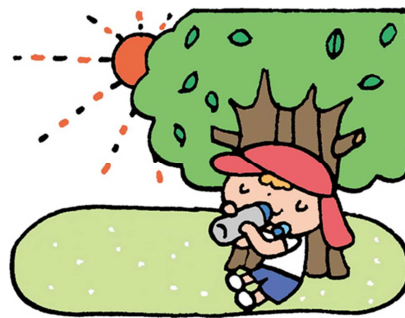
@KODOMO2005KOSODATE

ほっこりカフェ



もうすぐ『梅雨』がやってきますね。子どもは体温が上がりやすく、自分では予防ができないことが多いため、熱中症になりやすいと言われています。「熱中症」は予防法を知り、対策をとる事によって、発症を抑えること、あるいは重症化を防ぐことができます。

熱中症は予防が大切!!



屋外では帽子

水分をこまめに摂取

日陰を利用する

※たくさん汗をかいたら塩分の補給も忘れずに。湿度が高い時、風がないときは要注意!!

もし体に異常が発生したら

- ・まずは、涼しい場所へ
- ・衣服(衣類)をゆるめる
- ・体などに水をかけたり、濡れタオルをあててあおぐなど、身体を冷やす
- ・太い血管のある脇の下、首筋、足の付け根を冷やす



☆こんな時どうする?

- ・意識ははっきりしている
- ・生あくびがでる
- ・大量に汗をかいている
- ・顔面蒼白である。

体を冷却し、水分を摂取する。
経過観察し、良くならなければ、
病院へ

- ・水分を摂取できない
- ・発熱(平熱~40℃)がある
- ・呼吸・脈が早い
- ・意識が何となくおかしい

すみやかに医療機関を受診しましょう

- ・意識がない
- ・呼びかけに対し返事がおかしい
- ・からだがひきつる(けいれん)
- ・まっすぐ歩けない・走れない
- ・からだが熱い

救急車を呼び、到着までの間、
積極的に冷却しましょう

気温だけでなく、湿度を知ることも大切です。
湿度が高いと、汗が気化しづらく、身体に熱がこもりやすくなります。

☆『暑さ指数(WBGT)と『熱中症警戒アラート』をチェック

環境省 熱中症予防情報サイト

全国の暑さ指数(WBGT)を知ることができます。
今いる場所の環境について知ることも、熱中症対策になりますよ。

夏を迎える前から・・・

今年も夏を迎える前から夏日になることが多くなりそうです。その日の気温や体調に合わせて水分補給をすることが大切です。ただ水分なら何でもよいというものではありません。子どもが好むからと甘いジュースばかり与えていては、糖分過多になります。また塩分補給も必要と考えてスポーツドリンク等を摂ると、商品によっては糖分が多く含まれているものもあります。厚生労働省の「授乳・離乳の支援ガイド」では、「イオン飲料の多量摂取による乳幼児のビタミンB1欠乏が報告されている」と指摘しています。

このような心配を払拭してくれるのが、糖分の含まれていない水や麦茶です。子どもの好みで決めることなく、糖分を摂らずに水分をしっかり補給できるようにしましょう。

簡単おやつレシピ 今が旬の新玉ねぎを使った「ベジパン」

材 料 (4個分)

ホットケーキミックス	150g
牛乳	60g
バター	8g
玉ねぎ	100g
ウインナー	20g
塩、こしょう	少々
スナックえんどう	15g
冷凍コーン	10g
なたね油	少々
ピザ用チーズ	40g



作り方

1. 玉ねぎは、3 cm長さの薄切りにする。ウインナーは縦半分に切り、斜め薄切りにする。
2. スナックエンドウは筋を取り、塩水で茹でて、冷水にとり水気をきって、1 cmぐらいに切る。
3. フライパンに油を入れ、1を炒め、玉ねぎに火が通ったら塩、こしょうで味を整える。
4. ホットケーキミックスに、溶かしたバターと牛乳を加えてよくこね、3の半量を加えて混ぜる。
5. クッキングシートを敷いた鉄板に4を4等分して丸く広げ、平らにして真ん中にくぼみを作る。
6. 3の残りに、スナックエンドウ、コーンを混ぜておく。
7. 5のくぼみに6を等分に分けて流し入れ、ピザ用チーズをかけて、180℃に予熱をしたオーブンで12～15分程度焼く。

精華町子育て支援センター (こまだ保育所内)
 TEL 0774-98-4001 FAX 0774-94-3780
 E-mail kosodate@town.seika.lg.jp

子育て支援センターだより令和8年度6.7月号 (Vol.8-2)は 精華町ホームページでご覧いただけます。
 精華町ホームページ⇒子育て・教育⇒子育てを楽しもう⇒子育て支援センター⇒子育て支援センターだより