



精華町子育て支援センターだより



皆様いかがお過ごしですか。感染症拡大防止のためにご理解いただきましてありがとうございます。季節は梅雨を迎え、キラキラ光る雨粒、カエルやかたつむりなど晴れの日とは違う発見がたくさんありますね。皆様の笑顔がたくさん見られるよう子育て支援センターのスタッフ一同お待ちしております。

安心・安全に事業を実施するため、当面の間、予約制とさせていただきます。

感染症の拡大防止をするため

- ① 検温にご協力ください。(37度5分以上の発熱がみられた場合、参加をお断りする場合があります)
- ② 入室される時は手指・消毒してください。
- ③ 可能な限りマスクを着用してください。

=参加者募集=

◆◆◆すくすくプレールーム◆◆◆

おもちゃがいっぱいのプレールームで自由に遊びましょう。

- ・よちよちひろば…0歳～おおむね1歳半の子どもたちの遊び場です。
毎週月曜日午前10時～正午(子育て支援センター)
- ・とっところひろば…おおむね1歳半以上から就学前の子どもたちの遊び場です。
毎週火曜日午前10時～正午(子育て支援センター)
- ・にっこりひろば…おおむね0歳～2歳未満の子どもたちの遊び場です。※8月はお休みです。
毎週木曜日 第1・4 午前10時～午前11時30分(いけたに保育所)
第2・3 午後1時30分～午後3時30分(子育て支援センター)



- ◎定員 親子5組程度
- ◎申込期間 各日前週の月曜日～水曜日の16時まで
- ◎申込方法 町ホームページから「すくすくプレールーム」を検索、または右の二次元コードからお申込みください。



◆◆◆赤ちゃんサロン◆◆◆

おおむね1歳ぐらまでの赤ちゃんを育児されている方、あつまれ！身体計測をした後、赤ちゃんを遊ばせながら、助産師と一緒におしゃべりをしましょう。赤ちゃんサロンについては7月から再開予定です。

- ・赤ちゃんサロンA(月齢2か月～7か月の赤ちゃん)
毎月第1水曜日(変更の場合あり)午前10時～11時30分
- ・赤ちゃんサロンB(月齢8か月～12か月の赤ちゃん)
毎月第3水曜日(変更の場合あり)午前10時～11時30分

※サロンA、Bとも
場所:保健センター
持ち物:バスタオル
担当:助産師

- ◎定員 親子5組程度
- ◎申込期間 各日前週の月曜日～水曜日の16時まで
- ◎申込方法 町ホームページから「赤ちゃんサロン」を検索、または右の二次元コードからお申込みください。



◆◆◆子育てふれあい教室「わらべうたあそび」◆◆◆

赤ちゃんとのスキンシップは大切です。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26日(金) 午前10時15分～11時30分
- ◎場所 みんなの元気塾(東畑地区)
- ◎対象者 町内在住で満6か月～1歳6か月(6月1日現在)の未就園の子どもとその保護者
- ◎定員 親子5組程度
- ◎申込期間 6月3日(水)～6月12日(金)
- ◎申込方法 町ホームページから「わらべうたあそび」を検索。またはスマートフォンで右の二次元コードからお申し込みください。



◆◆◆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！



<p>日時：6月27日(土) 午前10時～11時30分 申込期間：5月27日(水)～6月10日(水) 対象者：町内在住で在宅の2か月から12か月 (6月1日現在)の子どもとその父親</p>	<p>日時：7月18日(土) 午前10時～11時30分 申込期間：6月18日(木)～7月2日(木) 対象者：町内在住で在宅の2か月から12か月 (7月1日現在)の子どもとその父親</p>
--	---

- ◎場所 保健センター
- ◎講師 岡 いくよ氏 (助産師)
- ◎定員 親子5組程度
- ◎申込方法 町ホームページから「赤ちゃんパパ」を検索、またはスマートフォンで右の二次元コードからお申し込みください。



◆◆◆発達応援プレールーム(あいあいひろば)◆◆◆

お部屋で親子一緒に楽しみながら、子どもの発育の不安や悩みを相談できるプレールームです。

- ◎日時 毎月第2木曜日(変更の場合あり) 午前10時～11時30分
- ◎場所 保健センター
- ◎担当 臨床発達心理士、保育士など
- ◎定員 親子5組程度
- ◎申込期間 実施日の前週月曜日～水曜日の16時まで
- ◎申込方法 町ホームページから「発達プレールーム」を検索。またはスマートフォンで右の二次元コードからお申し込みください。



◆◆◆リズムであそぼう◆◆◆

町内在住で在宅のお子さんとその保護者の皆さんを対象に、音楽に合わせて踊ったりふれあい遊びをしたりする楽しいリズムあそびです。

- ◎講師 石角 朋美先生いしづみともみ (音楽指導者)
- ◎対象 町内在住で在宅の子どもと保護者
- ◎申込方法 町ホームページから「リズムであそぼう」を検索。またはスマートフォンで上の二次元コードからお申し込みください。



《前期(4月～9月)の予定》

保育所名	月 日 (曜日)		
こまだ保育所 (Tel94-3400)	6/16 (火)	/	9/15 (火)
ほうその保育所 (Tel94-3530)	6/24 (水) 中止	7/15 (水)	9/16 (水)
いけたに保育所 (Tel72-3530)	6/11 (木) 中止	7/9 (木)	9/10 (木)

🎂🎁🎵🎈🎉 お誕生日のつどい 🎈🎉🎵🎁🎂

お誕生日のつどいは、その月生まれのお友達が集まって、みんなで祝いを行います。
 身体計測をした後、誕生日カードに手形を押ししたり、楽しい手遊び等)もあります。
 申し込み方法は、パソコンで町ホームページ「お誕生日のつどい」を検索、
 またはスマートフォンで、右の二次元コードからも受付しています。



6月生まれ「お誕生日のつどい」		7月生まれ「お誕生日のつどい」	
日時	6月19日(金) 午前10時～11時30分 ※受付時間10時～10時10分	日時	7月17日(金) 午前10時～11時30分 ※受付時間10時～10時10分
場所	子育て支援センター	場所	子育て支援センター
参加費	120円	参加費	120円
定員	親子5組程度	定員	親子5組程度
予約受付	6月1日(月)～前日の午後4時まで	予約受付	7月1日(水)～前日の午後4時まで



ほっこりカフェ



もうすぐ蒸し暑い“梅雨”に、そして熱い“夏”へと季節が変わっていきます。この時期に「汗」をかくことは大切なことで、それによって体温を調節する機能が発達します。体温調節機能が十分に発達していない乳幼児は大人よりも熱中症にかかりやすいといわれています。



★水分補給★

熱中症を防ぐには水分補給は忘れないようにしましょう。1時間に1回は水やお茶をとりましょう。汗のかき方、顔の赤み、機嫌の悪さなど、子どもの様子に合わせることも大切です。

室内でも熱中症に気をつけましょう！

高温多湿の環境で長時間過ごす、体に熱がこもり室内でも熱中症になるので注意しましょう。

★服装★

服によって体にこもる熱の量が変わってきます。これからの時期、熱がこもりやすくなるので薄着を心がけましょう。綿100%の素材は通気性、吸収性も良く水分を外に放出する性質があるのでお勧めです。



★寝ているとき★

寝ている間にも子どもは大量の汗をかきます。普段の様子を把握し汗のかき具合をよくみましょう。特に汗をかいたようなときは多めの水分をとりましょう。



★こんな場合は注意！！★

<症状>

- ◎皮膚や顔が赤い
- ◎体がほてって熱い
- ◎普段よりも汗を多くかいている
- ◎機嫌が悪い



<対処方法>

- ◎日陰など風通しがよく涼しい場所へ移動する
- ◎衣服を緩める
- ◎常温の水や麦茶、イオン飲料を飲ませる
- ◎保冷剤や塗らしたタオルで首やわきの下を冷やす

★温度★

直射日光を避け、遊んでいても熱中症は起こります。室温は27～28℃に保つようにしましょう。エアコンの設定温度が28℃に設定していても、窓の近くや子どもの過ごす高さなどで温度は変化します。

※締め切った車の中は温度が上昇しますので危険です。短時間でも車内に子どもを残して出かけないでください。



食育だより



おうちでクッキング

新型コロナウイルス感染症の影響で家庭で過ごす時間が長くなり、家で料理される方が増えていると耳にすることが多くなりました。スーパーに行っても、粉ものの棚には商品の欠品が続き、今までに見たことのない風景のように思います。料理することに興味を持ち、「お料理好きな子」が増えることを願っています。

今月は、もうすぐ旬を迎えるじゃが芋を使ってピザのように仕上げる「じゃが芋のピザ風」を紹介します。ぜひ、お子さんと一緒に作ってみませんか？

簡単おやつレシピ じゃが芋のピザ風

(直径26cmのフライパン1枚分)

じゃがいも	320g
玉ねぎ	1/2個
塩	少々
こしょう	少々
ピザ用チーズ	40g
油	大さじ2と1/2
ケチャップ	適宜



作り方

1. 玉ねぎは皮をむいて薄切りする。
2. じゃが芋は皮をむいて洗い、スライサーで薄切りにしてボールに入れる。(水にさらさない)
3. フライパンを熱し油大さじ1/2を加え玉ねぎをしんなりするまで炒める。
4. 3の玉ねぎを2のボールに入れ塩、こしょうを加えてよく混ぜる。
5. 3のフライパンの続きに大さじ2の油を入れ4を加え、フライ返しで平らに押さえて蓋をして中弱火で8分ほど焼く。
6. 5をフライパンの蓋に返して裏返して、片面も焼き、ケチャップを塗り、チーズを散らす。
チーズが溶けたら出来上がり。

精華町子育て支援センター (こまだ保育所内)

TEL 98-4001 FAX 94-3780

E-mail kosodate@town.seika.lg.jp

[子育て支援センターだよりVol.2-2](#)は精華町ホームページでご覧いただけます。

精華町HP⇒便利なサービス⇒子育て支援センター⇒

令和2年度精華町子育て支援センターだより・情報カレンダー