



8月の子育て支援センターだより

No. 197 令和元年7月10日発行
地域子育て支援センター（たかち保育園）
☎78-2959（Fax 78-2152 本間）

回覧

いよいよ夏本番！“キラキラ”という表現がぴったりな 輝く太陽の下で水遊び…
楽しそうですね♪ お出かけも増えて楽しい時期ですが、暑さによって体力が消耗し、
体調を崩しやすくなります。休息や睡眠、栄養をしっかりとって元気に過ごしたいですね。



《子育てひろば》 地域子育て支援センター（たかち保育園内）

★毎週月曜日～金曜日 AM9:00～12:00 PM1:00～3:00

子育て支援センターでお子さんと楽しく遊びながら、大人もリフレッシュしませんか？

※ 8月13日～16日はお盆休みとなります。

《お出かけ子育て支援センター》 あいかわ開発総合センター（和室）

★毎月、支援センターだよりのカレンダーで、開設日をお知らせしています。

下記のカレンダーの ■ で記した日です。（月曜日・木曜日 AM9:00～11:30）

※ 8月15日（木）はお盆休みとなります。

【8月のお出かけカレンダー】

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11 山の日	12 振替休日	13	14	15 お盆休み	16	17
18	19 身長体重測定	20	21	22	23	24
25	26 誕生会	27	28	29	30	31

★就学前の乳幼児とお家の方、または、妊婦さんの参加をお待ちしています。
会場は畳の部屋なので小さなお子様でも安心です。
はじめての方も大歓迎！
予約もいりません。都合のつく時間に遊びに来てね。
（お子さん用にマグマグ、水筒などをお持ちください。）
★バルーンアートの一柳さんが来てくれる時もあります！

19日（月）…身長体重測定（母子手帳をお持ちください。）

26日（月）…誕生会（8月生まれのお友だちと一緒に祝いましょう！）

水分補給のコツ

赤ちゃんや小さい子どもは、のどが渇いたことを伝えられません。大人が気をつけて、こまめに水分補給をしてあげましょう。

- ★吸収のよい湯ざましや麦茶がおすすめ。
（ジュースやスポーツドリンクは糖分が多いので、虫歯や肥満につながります。）
- ★嫌がる時は無理せず、少し時間をおいてからあげてみましょう。

熱中症に気をつけて!!

山や海などへの楽しいお出かけが増えるこの時期、紫外線・虫よけ対策と同様に気をつけたいのが熱中症です。

こまめな水分補給と適度な休息で
元気に楽しくお過ごしください。