



社会福祉法人 ちとせ交友会 長船ちとせこども園
 長船ちとせこども園子育て支援センター
 お問い合わせ TEL:0869-26-3988
 FAX:0869-26-3930

暑さも日々増していき、本格的な夏もすぐそこまで来ているようです。大人も子どもちょっと油断すると夏バテをしてしまう時期です。室内と室外の温度差や、水分や塩分不足など要因はさまざまですが、体調管理には十分気を付けて過ごしていきましょう。また、今月は七夕があります。織姫と彦星が天の川を挟んで、1年に1度の再会を楽しみにしています。今年は晴れるでしょうか？

今月は暑いですが、支援センターに涼みに来てください。

お待ちしております♪



育児相談について

支援センターでは、育児相談を受け付けています。

電話：月～金 10:00～16:30

来援：来園相談の場合はあらかじめ日時を電話でご連絡ください。

* 乳幼児期～学童期までの相談があればお気軽にご相談ください。

* オンライン(zoom)での相談も可能です。

月曜日 (9:30～14:30)	火曜日 (9:30～14:30)	水曜日 (9:30～14:30)	木曜日 (9:30～14:30)	金曜日 (9:30～14:30)
	1 好きな遊びをしよう	2 好きな遊びをしよう	3 好きな遊びをしよう	4 七夕・誕生日会 10時～予約制
7 好きな遊びをしよう	8 好きな遊びをしよう	9 好きな遊びをしよう	10 好きな遊びをしよう	11 好きな遊びをしよう
14 好きな遊びをしよう	15 好きな遊びをしよう	16 好きな遊びをしよう	17 好きな遊びをしよう	18 好きな遊びをしよう
21 海の日	22 好きな遊びをしよう	23 好きな遊びをしよう	24 好きな遊びをしよう	25 発育測定
28 好きな遊びをしよう	29 好きな遊びをしよう	30 好きな遊びをしよう	31 好きな遊びをしよう	

乳児健診を受けましょう

(受付場所) ゆめトピア長船

(受付時間) 13:15~13:45

乳児健診(4か月) 7月 16日(水) R7年2月生まれ

1歳6か月健診 7月 9日(水) R5年12月生まれ

2歳児健診 7月 10日(木) R5年3月生まれ

3歳児健診 7月 23日(水) R4年1月生まれ

7月生まれのお誕生日会に参加しよう

7月4日(金)は、7月生まれのお友達のお誕生日会と七夕会をします。こども園の1階のホールにてこども園の誕生日会と一緒に参加します。

*日時: 7月4日(金) こども園1階ホール 10時~

*予約制にしていますので、予約をお願いします。(5組まで)

*誕生日のお子様には、写真入りのメダルをプレゼント。誕生日会の3日前までに支援センターに遊びに来てくださいね。

熱中症にご注意

熱中症は、梅雨の晴れ間に突然気温が上がった日や梅雨明けの蒸し暑い日など、体が高温に慣れていないときに起こりやすいです。もし、体温が高い、顔が赤い、めまいや吐き気、頭痛などの症状が見られたら、涼しい場所で衣服を緩めて、水分補給をします。わきの下など大きな血管が通っているところを冷やすと効果的です。また、戸外に出るときは帽子をかぶるようにしましょう。



寝冷えしないように

寝苦しい夜はクーラーや扇風機をつけたまま寝てしまうことが多く、寝冷えの原因になります。また、気温が下がる明け方、昼寝のときなどは、つい油断しておなかに何も掛けずに寝てしまいがちです。寝冷えにより、下痢・鼻水・せきなどの症状が出てきます。寝るときは、クーラーの室温設定やタイマーを調節したり、タオルケットを掛けるようにしたりして、気をつけましょう。



夏を乗り切ろう!

暑い日が続くと食欲が落ち、つい冷たい飲み物や食べ物をとりがちになります。暑さの影響により、消化器官の働きが弱まるためです。糖分のとりすぎにも気をつけながら、食事内容を工夫したり、清涼飲料水よりもお茶や水などで水分補給したりして、夏を乗り切りましょう。



水遊びについて

○天気のいい日は、支援センターのウッドデッキか事務所の前で水遊びをしようと思います。予定には入れていませんが、希望の方は職員に声をおかけください。また、各家庭でタオルや着替えなどの準備をお願いします!

*熱中症アラートが発令しているときや天候によって水遊びができない場合もあります。ご了承ください。



♪♪今月のベビーサイン♪♪

夏の季節にぴったりのサインです。
ぜひ、おうちでも使ってみてください♪

暑い



顔を扇ぐように手を振るしぐさ

冷たい(寒い)



両手を握り、身震いするしぐさ