



Square of Childcare

子育てのひろば

大人が見守る

子どもの熱中症予防

毎日暑いが続いています。子どもたちの熱中症を予防するためには、大人が見守ることが大切です。次の点に気を付けて、楽しい夏を過ごしましょう。

●乳児の熱中症予防

ベビーカーの温度は、大人の顔の位置の温度より約 3 ～ 4 度高くなっています。これは地表からの距離が近いからです。また、レインカバーは熱がベビーカー内にこもる原因となります。

外出は、午前中や夕方などの涼しい時間帯を心掛け、ベビーカーのカバー開閉による換気や水分補給を忘れないようにしましょう。

●幼児の熱中症予防

幼児は、言葉がしっかり話せず、表現することできません。大人が注意して脱水症状の兆候がないか次の点を確認しましょう。

☐ 唇が乾いていないか

☐ おしっこはしているか(オムツを確認)

※ 子どもは寝汗をかきやすいため、寝起きは脱水状態になりやすくなっています。注意しましょう。

●最後に

子どもは楽しいことがあるとそれに夢中となります。そのため、体調が悪かったとしても、楽しいことに夢中となっている間は元気そうに見えます。しかし、休憩すると体調が悪くなってしまうということもあります。子どもの体調の変化に気付くことができるよう、日ごろから子どもの様子をよく見ておくようにしましょう。

❖すこやか相談

妊婦、乳幼児から成人のからだや心の健康について相談ができます。来所相談、家庭訪問（要予約）での相談も可。

❖のびのび子育て・発達相談

臨床心理士や発達相談員に相談できます。電話で予約を。

●持参品 母子健康手帳 ★は申込制。健診と相談は、受け付けの時間。

事業名	月日	時間	場所	対象	内容
乳児健診	8月3日(木)	13時～14時	福祉センター2階	平成28年12月・29年1月生	計測、診察など
ウェルカムベビースクール★	8月9日(木)	10時～11時30分		妊婦、パートナー	赤ちゃんとの交流、スキンシップ遊び、育児ママとのおしゃべりタイム
	9月2日(土)	13時～16時30分		妊婦、パートナー、その家族	子育ての講演、沐浴実習
3歳児健診	8月10日(木)	13時～14時		平成26年5・6月生	内科、歯科健診など
にこにこ4カ月相談	8月23日(木)	9時20分～9時30分		平成29年4月生	計測、育児相談など

今月のおはなし

Circle

サークル

子育て支援センター

Support for child raising

☎985-4151

●登録後、各コースに参加できます。時間は10時～11時30分（サーキットあそびのみ13時30分～15時30分）。★は要予約。託児希望者は、タオル・飲み物などの持参を。

クラブ	名 称	開催日	場 所	対 象	内 容
ひまわりクラブ	ひよこ0歳	1日(火)	福祉センター	0歳児と保護者	あそびステーションで、親子遊びを提供します。
	うさぎ1歳	4日(金)		1歳児と保護者	
	くま2歳以上	25日(金)		2歳児以上と保護者	
ほほえみクラブ	ほほえみ東	2日(水)	東公民館		東、西、北公民館で、親子遊びを提供します。
	ほほえみ西	8日(火)	西公民館		
	ほほえみ北	16日(水)	北公民館		
フレンドクラブ	ブックフレンドパーク	7日(月)	福祉センター	未就園児と保護者	親子の友達づくりの機会として、また、親の情報交換の場として利用できます。
	ママパパキッズ編集会★	22日(火)			
	なかよし誕生会★	24日(木)			
	あそび工房★	30日(水)		妊婦と0歳児親子	
	びよびよバルーン★	9日(水)			
	リラックスタイム★	28日(月)		保護者	
	サーキットあそび	9日(水)		幼児と保護者	
		31日(木)			
親でスクール	★	2日(水)		保護者	講座「楽育コーチング」

2日

親でスクール 楽育コーチング

怒らなくても、子どもは変わります。3児のママが「楽チンで楽しい育児のコツ」を教えます。

講師 えひめコーチングプロッサム
中越 こずえ さん

※ 要予約 25組程度(託児 20人程度)



28日

リラックスタイム ヨガ

ヨガの呼吸は、育児ストレスの軽減のために良いと言われています。深い呼吸で、心と体をほぐしましょう。

講師 鎌田 美佳 さん

※ 要予約 25組程度(託児 20人程度)



9日

ぴよぴよバルーン 0歳児親子と妊婦の交流

みんなで座談会を行います。楽しく話している中で、子育てのアイデアが見つかるかもしれません。

※ 要予約



30日

あそび工房 木の球プール&えっちゃんのおはなし会

木のおもちゃを介して一緒にいっぱい笑いましょう。

講師 株式会社 大五木材
高橋 佐智子 さん、
武智 悦子 さん

※ 要予約

