



くしびき子育て支援センターだより

令和5年8月



梅雨も明け、いよいよ夏本番。保育園の中庭にも朝顔やひまわりなど、夏ならではの花が咲き始めました。夏の自然に触れながら、たくさん遊んで、いっぱい食べて、そしてしっかりと休息をとり、暑い夏を元気に過ごしていきたいと思えます。

* あそびの会 * 子育てワンポイント

7月の子育てワンポイントは熱中症予防についてお話ししました。子どもは遊びに夢中になると、喉の渇きや気分の悪さなどの熱中症のサインに気づくのが遅くなります。大人が休憩や水分補給をすすめましょう。(休憩・水分補給は30分毎に)

【見逃さない！早期発見のポイント】

- ★元気がない・ふらふらしている
- ★身体が熱い
- ★吐き気・嘔吐
- ★唇や舌、口の中が渇いている
- ★不機嫌、泣き止まない
- ★おしっこが出ない

【熱中症になりにくい環境づくり】

- ★野外でも屋内でも、直射日光を避けましょう。(帽子やカーテンなどで遮断しましょう。)
- ★短時間でも暑い環境に置き去りにしないようにしましょう。(特に車内は50℃に達することもあります！)
- ★暑い時は扇風機やエアコンを上手に活用しましょう。

- ★水分補給は、水、ミネラルウォーター、麦茶など。
 - ★20～30分毎にコップ1杯(100～200ml)をとりましょう。
 - ★外出時、入浴時、睡眠時などは汗をかきやすいため、その前後に水分補給をしましょう。
 - ★長時間の運動や多量の汗をかいた時は、子ども用イオン飲料などで塩分も一緒に補給しましょう。
- ※糖分が多いので、水やお茶がわりではなく、たくさん汗をかいたり、下痢の時などの水分補給に上手に利用しましょう。



鶴岡市社会福祉協議会・すこやかセンター

くしびき子育て支援センター

鶴岡市上山添字成田21-9

☎ 0235-57-5081 (代表)

FAX0235-57-5082

時間8:30～17:15月曜日～金曜日(祝日除く)

*子育て支援センターだよりは、櫛引生涯学習センター・鶴岡市立図書館櫛引分館・櫛引地区各保育園・子ども家庭支援センターにも置いてあります。

～虫よけスプレー作り～

7月20日に講師に上野和佳さんをお迎えして「虫よけスプレー作り」をしました。毎年好評をいただいている企画とあって、今回もたくさんの方から参加していただきました。アロマの効能を聞きながら皆さん真剣に考えて作っていました。刺された後のかゆみを軽減してくれるもの、鼻の通りを良くしてくれるものなどなど、作りながらの会話も弾んでいましたね。ぜひ、この夏のお出掛けに活用いただければと思います。



8月の予定

あそびの会*夏祭り*

先月お配りしたアンケートでの参加申し込みありがとうございました。ありがたいことに定員がいっぱいとなりました。今回はお家の人と一緒に楽しめるミニゲームコーナーなどを用意してお待ちしておりますので、ご参加される方は下記の時間において下さい。

日時：令和5年8月8日（火）
10：00～11：00
11：00～終わりの会



場所：櫛引スポーツセンター 武道場

※感染拡大防止のため、食べ物の屋台などはありませんが、各自で水分補給ができるように準備をお願いします。

お盆期間中のお休みについて

お盆期間の8月11日（金）～8月17日（木）まで、くしびき子育て支援センターの事業（あそびの会・サークル）及びベビールームはお休みとなります。

18日（金）より通常通り開館しますが引き続きご利用の際は事前に申し込みをお願いします。



日曜	月	火	水	木	金	土	
		1 あそびの会 スポセン 10時～11時30分 南部地区 9時30分～11時 南部保育園	2 東部地区 9時30分～11時 東部保育園	3 西部地区 9時30分～11時 西部保育園	4 サークル 10時～11時30分 すこやかセ		
6	7	8 夏まつり あそびの会 10時～11時30分 スポセン	9	10 看護師相談日 ベビールーム 9時30分～11時30分 すこやかセ	11 山の日	12	
13	14	お盆期間は休館です				18 サークル 10時～11時30分 すこやかセ	19
20	21 くし保 9時30分～11時 くしびき保育園	22 あそびの会 10時～11時30分 スポセン	23	24 足型制作 ベビールーム 9時30分～11時30分 すこやかセ	25 サークル 10時～11時30分 すこやかセ	26	
27	28	29 あそびの会 10時～11時30分 スポセン	30	31			

※すこやかセ→すこやかセンター ※スポセン→スポーツセンター ※東・西・南部地区→各地区あそびの会（各保育園）