



8月子育て広場通信



高山市岡本町3丁目53-10 (岡本保育園2階) 高山市子育て支援センター TEL 0577-33-7963

子育て支援センターの予定

月	火	水	木	金	土・日
				1 あそびの広場 (午前・午後) おしゃべりサロン (15時～予約者のみ)	2・3 お休み
4 あそびの広場 (午前・午後)	5 あそびの広場 フール遊び (午前・午後) (11時～ ほっこり絵本タイム)	6 あそびの広場 (午前のみ) 虫歯予防を学びましょう (午前・午後)(応募者のみ) 喫煙館 おしゃべりサロン (午後・予約者のみ)	7 あそびの広場 フール遊び (午前・午後)	8 あそびの広場 (午前・午後) おしゃべりサロン (15時～予約者のみ)	9・10 お休み
11 山の日 お休み	12 あそびの広場 フール遊びお休み (午前・午後) (11時～ ほっこり絵本タイム)	13 あそびの広場 (午前のみ) おしゃべりサロン (午後・予約者のみ)	14 あそびの広場 フール遊びお休み (午前・午後) 助産師相談(午後・どなたでも)	15 あそびの広場 (午前・午後) おしゃべりサロン (15時～予約者のみ)	16・17 お休み
18 あそびの広場 (午前・午後)	19 あそびの広場 フール遊び (午前・午後) (11時～ ほっこり絵本タイム)	20 あそびの広場 (午前のみ) 初めての方限定あそびの 広場(午後)(応募者のみ) 支援センター	21 あそびの広場 フール遊び (午前・午後)	22 あそびの広場 (午前・午後) 2千発達相談 (午後・どなたでも) おしゃべりサロン (15時～予約者のみ)	23・24 お休み
25 あそびの広場 (午前・午後) 誕生会	26 あそびの広場 フール遊び (午前・午後) (11時～ ほっこり絵本タイム)	27 あそびの広場 (午前のみ) おしゃべりサロン (午後予約者のみ)	28 あそびの広場 フール遊び(午前・午後)	29 あそびの広場 (午前・午後) おしゃべりサロン (15時～予約者のみ)	30 お休み



支所地域の予定



●移動支援センター 8/29 荘川

●地産地消 8/28 一之宮

●ベビーマッサージ 8/29 久々野

おしゃべりサロン(個別相談)

水曜日13:30～17:00

金曜日15:30～17:00



おしらせ

すくすくランドは8月はお休みです。

9月から再開します。

あそびの広場は
月～金の平日開催しています。
ご利用下さい。(水曜日は午前のみ)

各地域のつどいの広場

- ★ 高山 かんかこかん 年末年始を除く毎日
- ★ 国府 ひだろランド(シマヤラクール2F) 毎週火・木・土
- ★ 丹生川 丹生川支所 3F 年末年始を除く毎日
- ★ 清見 きよみ館 年末年始を除く毎日
- ★ 荘川 荘川総合センター 年末年始を除く毎日
- ★ 荘川 福祉センター 毎週木曜日
- ★ 一之宮 一之宮支所 年末年始を除く毎日
- ★ 久々野 多目的センター 毎日
- ★ 朝日 燦燦朝日館(支所) 年末年始を除く毎日
- ★ 朝日 福祉センター 毎週月・火・金
- ★ 高根 福祉センター 毎週火曜日
- ★ 国府 保健センター 毎週水曜日
- ★ 上宝 上高支所 毎週月～金
- ★ 奥飛驒 総合文化センター 毎週火・木

ママのひとりごと

初めて支援センターを利用したのは、娘が4ヵ月になった頃でした。私自身、利用するまでは「まだ仰向けばかりの娘は行って大丈夫かな?」「ママ友グループとかあるのか?馴染めるのか?」と色々な不安がありました。

しかし実際に行ってみると、慣れない場所で大泣きしている娘を見て、優しく話しかけておもちゃを見せてくださる先生方、「可愛いー!」と声をかけてくださるお母さん方、そんな優しい人がたくさんのおあたかい場所でした。

泣いてばかりでずっと私に抱っこされていた娘も、今では先生の膝に登りに行ったり、お友達に近づいて行ったり、おもちゃをカミカミしたいと満喫しています。また、支援センターの帰りには必ず寝るので、生活リズムを整えるのにも助かっています。

私自身も、先生方やお母さん達に相談にのってもらったり、一緒に雑談をしたりして、リフレッシュさせてもらっています。家で娘と2人きりで過ごしていた時の孤独感がなくなり、もっと育児を楽しめるようになりました。本当にありがたく思っています。これからも宜しくお願いします!

Kちゃん(8ヶ月)のママ



子育て支援センター「あそびの広場」水あそび!

7月~8月の**火曜日・木曜日**に開催!!

AM 9:30~10:45 PM 1:30~2:30

午前は、年齢・月齢の高いお子さんの利用が多く

午後は水遊びデビューの小さなお子さんが多いです。

(8月13日、15日はプールはお休みです)

体調が良くて水遊びをしたい方は、

バスタオル、帽子(紫外線対策) 肌シャツ+布パンツ

(おすすめは、上下つながっている肌着ロンパース)か水着

をご持参ください。水遊び用の紙パンツは、使用しません。

時間内で譲り合って楽しく水遊びをしましょう。お待ちしております。

天候不順(雨の日)
や気温が低いとき、または、気温が高すぎる時はプールあそびを中止する場合がありますので、よろしくお願いします。



熱中症に注意!!



乳幼児は汗をかくななどの体温調節機能が未発達で、身体に熱がこもって体温が上昇しやすくなります。また、ベビーカーの赤ちゃんや乳幼児は、地面からの照り返しの影響を受け、気づかないうちに熱中症になる危険性があります。**熱中症の予防の一つは、こまめな水分補給です。**ジュース類は糖分が多く、食事量にも影響するので、水分補給には、不適です。日常的に飲みすぎると、糖分や塩分の過剰摂取に繋がるので気を付けましょう。冷たいものも欲しくありませんが、取りすぎると内臓が冷えて血行が悪くなり、栄養の吸収能力が落ちてしまいます。冷えた身体を温めようとエネルギーを使うため体力も消耗してしまうので、冷たすぎないもので水分補給を心がけましょう。

