



# 8月子育て広場通信



## 育児相談

毎週月～金（祝日を除く）  
午前8時30分～午後5時  
直接・電話どちらでもOK!

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 お休み
2	3 フールあそび	4 おしゃべりサロン	5 フールあそび	6 おしゃべりサロン	7・8 山の日 お休み
9 振替休み	10 フールあそび	11 おしゃべりサロン	12	13 おしゃべりサロン	14・15 お休み
16	17 フールあそび	18 利用したことない方 限定の日(13時～) おしゃべりサロン	19 フールあそび	20 おしゃべりサロン	21 お休み 22 ベビーマッサージ
23 虫歯予防	24 フールあそび	25 おしゃべりサロン	26 フールあそび	27 おしゃべりサロン	28・29 お休み
30	31 フールあそび				

## お知らせ

8月の火・木曜日はプール遊びを楽しみます。

支援センターに遊びに来てみませんか？

(12日のプールはお休みです)

<プール遊びの時間>

・午前9:30～10:30(0歳～3歳まで)

・午後1:30～2:30(プール遊びが初めての方や

0歳～1歳半位までの方対象)

新型コロナウイルス感染対策のため午前午後各10組  
の人数制限をします。ご理解ご協力をお願いします。

## 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
- 高山 ピュア高山チャイルドランド 毎週月・水・金
- 丹生川 丹生川産業会館(子ども館) 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 保健センター 毎週月～金
- 久々野 多目的センター 毎日
- 朝日 支所 年末年始を除く毎日
- 朝日 福祉センター 毎週月・火・金
- 国府 保健センター 毎週水曜日
- 高根 福祉センター 毎週火曜日
- 上宝 支所 毎週月～金
- 奥飛騨 総合文化センター 毎週火・木

## 各地域の予定

月	火	水	木	金	土・日
					1
2	3	4 子どもの栄養(国府)	5 移動支援センター (荘川)	6	7・8 山の日
9 振替休み	10	11	12	13	14・15
16	17	18	19 産後ケア(丹生川)	20	21・22
23	24	25	26 発達フキ講座(荘川)	27 移動支援センタ ー(朝日・高根)	28・29
30	31 移動支援センター(清見)				

## ママのひとごと

友人に誘われ、生後5ヶ月の頃からお世話になっています。支援センターが大好きな娘ですが、1歳頃までは自分のために来ていたような気がします。「誰かと話したい」「先生や同年代の子から刺激を受けてほしい」「家事を忘れて子どもとの時間に専念したい」とにかく疲れさせて昼寝させたい(笑)など、様々な思いがありました。先生方はいつも温かく、娘の成長と一緒に喜んでくださったり、何気ない会話に織り交ぜた相談事にもきちんと受け止めてくださったりして、とても心強い存在で心から感謝しています。

結婚して高山に引っ越してくる以前、勤めていた学習塾でよく保護者の方へ話していたことを思い出します。「お子さんが初めて寝返りしたときや歩いたとき、心からすごい！と喜んだことと思います。その時のお気持ちを少しだけ思い出して頂き、何歳であっても周りと比較せずにお子さんのできたことを認めてぜひ褒めてあげてください」

当時は漠然としていた感覚ですが、今では子の成長は親にとって本当に嬉しいことなのだなあと毎日実感しています。まだまだ未熟で余裕をなくすこともあります。今後子育てを楽しめたらいいなと思います。

Aちゃん(2歳)のママ

## こどもは熱中症にないやすい！！

乳幼児は汗をかくななどの体温調節機能が未発達で、夏の暑い日は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。熱中症の予防には日頃からこまめに水分補給をしましょう。乳児は母乳やミルクが水分補給の基本ですが、白湯や麦茶(血液の流れをよくする作用もあり、夏バテや疲労回復効果もあります)も適しています。幼児は日常や少量の汗をかいたときは、水や麦茶で十分です。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。大量の汗をかいた時などにはイオン飲料が適しています(大人用は2倍に薄めて)が、日常的に飲むと虫歯や肥満等の原因にもなるので気をつけましょう。また2~3分ですお用事でも子どもを車に置いていくことは、絶対にやめましょう。元気で楽しい夏が過ごせますように。

## 利用した事のない方 限定の日

子育て支援センターを利用したことがなく、初めての場所なので親子で出かけることが不安な方や、初めての子育ての方など、「お出かけの初めの一步」として子育て支援センターを利用してみませんか？初めてのの方が対象にないますので、お母さん同士の良い交流の場にもなります。

是非ご参加ください！

日時:8月18日(水) 13時~14時30分

対象:1歳未満の乳幼児親子さん

※前日までに申し込みが必要です。定員:5組程度  
申し込み多数時は、翌週になることもあります。

お問合せ

子育て支援センター TEL0577-33-7963

