



～子育て家庭のみなさんへ～

みなさんお元気ですか。新しい生活様式と共に過ごす毎日…ちよっぴり慣れてきた頃でしょうか。気をつけながらも、緊張感がすこしやわらぎ、以前よりも断然、笑っている自分がいたら、これまでの頑張り、毎日の頑張りを是非とも、ねぎらってあげてくださいね！！

さて、先日、センターにあそびにいらしたご家族が手を洗いながら、「も～手洗いはすごく好きで、とっても上達しました～」とごく自然にこの一言を添えられたのを聞き、日々きちんと清潔に努めていらっしやったことがお子さんの習慣づいた身のこなしからも、大変よく伝わってまいりました。とはいえ、これまでの関わりはもちろんのこと、ご家庭によっては、月齢が小さなお子さんを抱っこしながらなど、互いの手洗いへの大変さ…、腕と腰への労わりも含めご苦労をお察いたします。そして、守られる日常があると信じて、ウオッシュ！ウオッシュ！で行きましょう！

あなたとあなたの大事なかわいいお子さんの明日が今日と同じように元気で幸せな一日でありますように…。



雨の音っておもしろいね！



ままごとコーナーのひとコマより

いちい子育て支援センター

# ～おたより～

第3号



支援センターのせんせいより

## 絵本紹介コーナー



ナンタンおよぐのだいすき

きんぎょがにげた

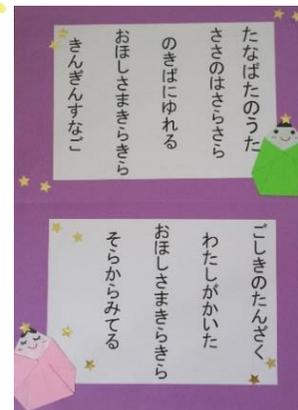
## センターのおもちゃ紹介コーナー

### ～ひもとおし～

おさかなや、どうぶつの絵がとってもキュート♡指先を使って、うまくひもを通せるかな？



## 折り紙コーナーより



## ☆保健師による保健コーナー☆

連日、気温の高い日が続いていますが、子ども達はその暑さにも負けず元気に過ごしていることと思います。今回はこれからの季節、気を付けたい「熱中症」についてお話します！熱中症予防で大事なことの一つは上手に水分を補給することです。そこで、水分補給のポイントをお伝えします。

☆ポイント➡水分+ミネラル補給がカギ！！

- ①ちよっどずつ、こまめに水分を補給する。
- ②日常的な水分補給には麦茶がオススメ。麦茶にはミネラルが豊富で、体の熱を逃がす作用がある！
- ③食事は水分・ミネラルを補う大事な機会。3食バランスよく食べる。

この夏も、元気に安全にお過ごしください！！

## ワンポイント豆知識！！

- ～感染症の心配もありますが、2歳未満の子どもにマスクは危険です～
- ・乳児の呼吸器の空気の通り道は狭いので、マスクは呼吸をしにくくさせ呼吸や心臓の負担になる
- ・マスクそのものや嘔吐物による窒息のリスクが高まる
- ・マスクによって熱がこもり熱中症のリスクが高まる
- ・顔色や口唇色、表情の変化など、体調異常への気づきが遅れる等乳児に対する影響が心配されます。

