



8月支援センターだよ

暑さも本番、毎日厳しい暑さが続きプールや水遊びが楽しい時期ですね。支援センターでも水遊びやプール遊びを楽しむ賑やかな声が聞こえてき手います。

今年はコロナが5類に移行したことから、家族での旅行や地域の行事も制限が無く、楽しい夏になりそうですが熱中症に気をつけながら、楽しみたいですね。

夏になると、プール熱やヘルパンギーナ、結膜炎などの感染症が流行する時期でもあります。楽しい事がいっぱい夏の夏ですが、疲れを残さないように、早寝早起きに気をつけて、元気で過ごしたいですね。

8月13日～15日はお盆です。
お盆は先祖の霊を迎えて、供養する期間のことです。子どもにとって「先祖」は、あまり耳慣れない言葉ですが、お墓参りで心静かに手を合わせる。子ども達の心の育ちと共にそんな慣習を大切にしたいですね。お盆の間は保育園も希望保育になります。支援センター利用の方も家族でお墓参りや実家に遊びに行ったりしてゆっくりお過ごしください。

たくさん運動、たっぷり休み、水分補給
夏本番です。熱中症が心配ですね。たくさん運動して休んで、いっぱい食べて、水分補給していると元気な子どもは大丈夫！！夏祭りやプールなど楽しい事が多い夏ですが体調管理に気をつけて元気に過ごしましょう。

- 各支援センター連絡先
 ◎旭地域子育て支援センター（旭保育園内）
 TEL 0867-27-2700
 0867-27-2733（相談電話）
 ◎中央地域子育て支援センター（中央かめっこ保育園内）
 TEL 0868-66-7005
 0868-66-7830（相談電話）
 ◎柵原地域子育て支援センター（柵原西保育園内）
 TEL 0868-62-1009
 ☆利用時間 月～金 9:30～16:30
 ☆出前保育 10:00～14:30
 （各支援センターにより時間や場所が異なります。利用の際は各支援センターにお尋ねください）

- ◎各支援センター利用についてのごお願い
- ・支援センターでは、水分補給のみにし、当分の間お弁当の持参はご遠慮ください。
 - ・水分補給のため、お飲み物をお持ち下さい。
 - ・咳・鼻水・下痢等体調不良の症状がある時は利用をお控えください。
 - ・使用後の紙パンツは各自お持ち帰りください。

「ヘルパンギーナ」に注意

のどの奥に水ぼうがができる「ヘルパンギーナ」がはやっています。夏かせの一種でそれほど心配はありませんが、のどの痛みが強く、食事や水分がとりにくくなるのが特徴。高熱が3日以上続いたり、水分をとれないようなときは急ぎ病院へ。

症状

- 38～40℃の高熱が2～3日続く
- のどの奥に白いぶつぶつができる
- のどの痛み
- 食欲不振など

ケア

- かぜと同じケア
- こまめな水分補給
- 薄味のスープや豆腐、プリンなど、のどごしと消化のよい食事

熱が下がって1日以上たち、いつもどおり食事ができるまでは、園をお休みしましょう。

ヘルパンギーナにかかったら……
まず水分補給！

ヘルパンギーナは、突然の発熱と、のどの奥に水ぼうがができる病気。のどの痛みが強いので、ミルクや離乳食を嫌がる場合があります。こまめに水分補給をして脱水に注意してください。

水分はスプーンでひと口ずつ
コップやストローを嫌がる時は、スプーンでさじずつあげると、飲みやすくなります。

離乳食は一段階前のものを
柔らかく煮て、のどごしのよいものをあげましょう。一段階前の離乳食にすると食べやすくなります。

痛みが強くて、水分をまったく飲めないときは病院を受診しましょう。

旭地域子育て支援センター	中央地域子育て支援センター	柵原地域子育て支援センター
<p>24日(木) 図書館交流 10:30～ 旭図書館 図書館司書の方が、おすすめの本を読んで下さります。子どもの本への関心につながる一歩になるかもしれません。</p> <p>29日(火) すまいる測定 10:30～ どれだ大きくなったかな？身長・体重の計測をします。毎月の子どもの成長が楽しみな瞬間です！</p> <p>○毎週月曜日から金曜日の9時30分から15時30分まで利用可能です。 (電話相談は9時から16時30分) 時間内のいつでもお越しください。</p>	<p>3日(木) リラクゼーション講座 10:30～ 宮本 愛先生のリラクゼーション。家で簡単に出来る肩こり、疲労回復のストレッチを教えてください。</p> <p>9日(水) カラーサンドアート 10:00～ カラーサンドをボトルに入れて、多肉植物を飾ります。10名を予定しています。希望の方はお知らせください。</p> <p>22日(火) のびのび広場 10:00～ 「コロコロして遊ぼう」ボールを転がしたり、自分が転がったりして、楽しく遊べます。若松先生が来られます。</p> <p>30日(水) 実演料理 10:00～ 4年ぶり、杉原先生による実演料理です。簡単でおいしい料理の実演をしていただきます。</p> <p>☆ 出前保育予定 8月中の出前保育は支援センターで行います。 ☆ 保育園予定 14・15日 希望保育 18日(金) 誕生会</p>	<p>3日(木) 南和気荘で柵原東保育園児と交流会 10:00～ 柵原東保育園4・5歳児と水遊び交流会をします。小さなプールや玩具を持って行きますね。(雨天の場合 4日(金)に延期します。)</p> <p>22日(火) 赤十字社の幼児安全法 10:30～ 気道異物除去と子どもの事故防止と手当について赤十字社の方に来て頂き教えてください。希望者は8/10までに柵原西保育園にご連絡下さい。</p> <p>24日(木) 育児相談 10:00～(出前保育) 柵原東保育園に出前保育で行きます。そこにスクールカウンセラーで公認心理師の亀山先生にお越し頂きます。</p> <p>29日(火) リース作り 10:30～ リースにポンポンや造花を飾って可愛いリースを作りませんか？希望者は8/25までに連絡を。参加費は100円です。</p> <p>☆8月の出前保育は柵原地域子育て支援センターで行います。</p>