



支援センターだより

まだまだ厳しい暑が続いています。子どもには自分で体調の変化を伝えることが難しいため、水分補給はできているかなど、周りの大人が気にかけてあげていきたいと思います。

そして、熱中症は起きている時だけでなく、寝ている間も熱中症になる可能性があります。寝る前には必ず水分補給をし、適切な室温と湿度を保つよう心がけましょう。

今月も各支援センターでは 色々な行事を予定して皆さんのご利用をお待ちしています。是非遊びに来て下さいね。



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・場所が異なりますので利用の際は

支援センターをご利用の方へお願い

- ・支援センターでは、水分補給のみにし、当分の間はお弁当の持参はご遠慮下さい。
- ・水分補給のため お飲み物をご持参下さい。
- ・咳・鼻水・下痢等の症状がある場合は ご利用をお控え下さい。
- ・使用後の紙パンツは 各自お持ち帰り下さい。



意外と知らない?!
 子どもの身体の不思議
 ～子どもの寝相が悪いのは～

人間の睡眠は 深い眠り＝ノンレム睡眠と、浅い眠り＝レム睡眠に大別されます。レム睡眠の間は、起きている時のように身体を盛んに動かしています。子どもは大人に比べて睡眠時間が長く、レム睡眠の割合が多くなる為 睡眠中も活発に体を動かし寝相が悪くなると考えられます。

今年は9月29日(金)が十五夜です。

十五夜は【中秋の名月】という1年の内でも特に美しいといわれる月を眺めながら秋の収穫を祝い感謝する日です。お子さんと一緒にきれいなお月様を見ながら「いつも見守ってくれるお月様にありがとう。を伝えようね」と話をしながら お月様を見るのも良いですね。今年満月と十五夜がぴったり重なっていますので、お天気が良ければ 丸いきれいなお月様が見えますよ。

おうちの方へ
 お子さんの正しい靴選び

★背が伸びてもやわらかい子どもの足。たくさん歩いて強い足を作っていくので、踵は、見た目より少し高さを確保して選んでください!

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>8日(金) 実演料理 10:00～ 今回の実演料理は災害クッキングです。災害時でも簡単に作ることが料理を紹介させていただきます。</p> <p>12日(火) すまいる測定 10:30～ 身長・体重の計測をします。愛育委員さんも一緒にして下さるので、安心です。子育ての悩みも聞いてくれますよ。</p> <p>※全ての行事を旭地域子育て支援センターで行います。</p>	<p>7日(木) ヨガでスッキリ 10:30～(支援センター) 今回はヨガだけでなく、産後、産後の過ごし方 骨盤矯正等身近なお話をさせていただきます。</p> <p>12日(火) 7・8・9月生まれ誕生会 10:30～(支援センター) 楽しいバルーンアートの出し物があるよ！ みんなで誕生日をお祝いしましょう。</p> <p>14日(木) 絵本読み聞かせ 10:30～(支援センター) 中央図書館司書さんが沢山の絵本を持って来て下さいます。保護者向けの育児書や雑誌あるよ！</p> <p>20日(水) 育児相談 10:30～(支援センター) 先生とおしゃべりしてスッキリしませんか？ 聞いてもらってリフレッシュしましょう。</p> <p>☆ 出前保育 4日 11日 25日 10:00～12:00 (児童館) ☆ 保育園行事予定 5日(火) ブドウ狩り (予定) 13日(水) 誕生会 28日(木) 就学児検診</p>	<p>4日(月) 育児相談 10:00～ 支援センター 公認心理師の亀山先生にお話を聞いて頂き、心のリフレッシュしませんか？</p> <p>5日(火) ハンド・ヘッドマッサージ 10:00～ 支援センター AEAJインストラクターの瀬島先生にお越し頂き、頭と手のマッサージ。身体のリフレッシュしませんか。時間等の都合で5組です。参加希望の方は柵原西保育園まで連絡をお願いします。</p> <p>8日(金) 栄養指導 10:00～ 柵原支所2階調理室 栄養士さんによる栄養指導。簡単に作れる美味しいレシピを紹介して下さいます。</p> <p>12日(火) 絵本の読み聞かせ 10:30～ 柵原図書館 柵原図書館司書さんが年齢に応じた絵本の読み聞かせをして下さいます。楽しい絵本の世界へどうぞ。</p> <p>19日(火) すまいる測定 10:30～ 支援センター 身長・体重を計測に来ませんか？前回測定した時より、どの位大きくなっているか楽しみですね。</p> <p>☆ 出前保育 7日・14日・21日 柵原児童館</p>