



# 宮崎市田野地域子育て支援センターだより

2012年7月号

本格的な夏になってきました。海も空も山も輝く季節になりました。昨年の大震災の影響で、節電が叫ばれているこの頃、いかに電気を使わないで、涼しく過ごせる方法があるかを考えないといけなくなりました。

庭に打ち水をしたり、家の周りによしやすだれを使って影を作ったり、1日1回は水遊びしたりと涼しく過ごす方法はいろいろあります。子育て支援センターのような公共の機関を利用するという方法もあります。エアコンがなかった時代の先人の知恵を見直す時期に来ていますね。

## ☆3日(火) やさしいヨガストレッチ

10:30~11:30 定員10人  
託児:5人(先着順)  
誰でもできるリンパマッサージや  
ストレッチを覚えてみませんか?  
講師:竹内真弓さん 申込〆切:6/30

## ☆6日(金) セタかざり作り

10:30~11:30 要申込  
簡単なセタかざりをつくりましょう。  
壁にも飾ることができるものを、用意して  
います。  
申込〆切:7/5

## ☆13日(金) 水遊びのおもちゃを作ろう

10:00~11:00 要申込  
簡単な水遊びのおもちゃを作ってみま  
せんか?作ったら、さっそく遊びましょ  
う。  
申込〆切:7/11

## ☆28日(土) 幼児安全法講習会

10:00~12:00 定員20組  
いざというときにあわてないための、  
子どもの応急処置について学びま  
せんか?  
申込〆切:7/21

## ☆31日(火) お誕生会

11:30~12:00  
7月生まれのお友達をみんなで  
お祝いしましょう。  
他のお子さんも身体測定も  
できます。

※昨年の参加者の方で、実際、お  
子さんが熱性けいれんになった  
時、受講していたおかげで、必  
要以上にあわてずに済みました  
という声をききました。



## 6/1・15 「アロマ虫よけスプレー」

昨年も好評のアロマの虫よけスプレー作りを行いました。自然に身体にやさしいアロマについて、効能と使い方を学び、わきあいあいとおしゃべりしながら、楽しく作ることができました。初めての方もうちとけて、参加できてよかったようです。

他にも利用法をいろいろ質問している方もいて、関心の高さがうかがえました。

## 6/22 「はみがき講座」

宮崎市保健所の歯科栄養係の方に来ていただき、乳幼児の歯みがきの方法を学びました。最近では虫歯になるお子さんが、年々減ってきているそうです。歯が生える前にも、日頃から仰向けにして、頬を触る遊びや口の中に指を入れてあげること、1本でも生えたら、歯ブラシをあてることで、歯みがき(仕上げみがき)がスムーズにできるようになるそうです。



### 【お問い合わせ先・申し込み先】

宮崎市田野地域子育て支援センター

宮崎市田野町甲2823-3

開館日時:火~土曜日9:30~15:00

年末年始、祝日は除く

TEL・FAX:(0985)86-1390

E-MAIL:tanokids@fork.ocn.ne.jp

# 田野地域子育て支援センター 7月のカレンダー

火	水	木	金	土
<b>3</b> ★やさしい ヨガストレッチ 10:30~11:30	<b>4</b> ★わくわくタイム	<b>5</b> ★わくわくタイム	<b>6</b> ★七夕かざりづくり 10:30~11:30	<b>7</b> ★わくわくタイム
<b>10</b> ★お話で遊ぼう 11:00~11:30	<b>11</b> ★わくわくタイム	<b>12</b> ★わくわくタイム	<b>13</b> ★水遊びのおもちゃ を作ろう 10:00~11:00	<b>14</b> ★わくわくタイム
<b>17</b> ★お話で遊ぼう 11:00~11:30	<b>18</b> ★水遊び ★わくわくタイム	<b>19</b> ★わくわくタイム	<b>20</b> ★水遊び ★わくわくタイム	<b>21</b> ★わくわくタイム
<b>24</b> ★お話で遊ぼう 11:00~11:30	<b>25</b> ★水遊び ★わくわくタイム	<b>26</b> ★わくわくタイム	<b>27</b> 水遊び ★わくわくタイム	<b>28</b> ★幼児安全法講習会 10:00~12:00
<b>31</b> ★お誕生会 11:30~12:00				



## 水遊びのおしらせ

7月13日(金)より、下記の日程で水遊びを始めます。

- ・日程・・・7/13~8/29(雨天時中止)  
毎週水・金曜日(10:00~11:30・13:00~14:30)
- ・場所・・・児童センター東側芝生(予定)
- ・ただし、イベントが入っている時は、イベントの時間外のみできます。
- ・水遊び用のおむつ、着替え、タオルの準備をお願いします。



## 子育て健康メモ

夏場で気を付けたいのが、食中毒と熱中症ですね。食中毒は、こまめな手洗いと調理器具のこまめな消毒でふせぐことができます。

熱中症の場合は、見極めが難しいのですが、いつもよりおとなしくぐったりしていた、普段よりうとうとしている時間が長いとか、いつもと違う様子が見られたら、熱中症のサインですので、ひとつでも見られたら、処置をして病院に急ぐ必要があります。

乳幼児は、なかなか自分の具合をはっきり訴えることができないので、大人の方で気をつけてあげないといけませんね。

## おせっかいお婆さんのひとり言

乳幼児は、とにかく繰り返しの遊びが大好きです。よくあるのが、おなじ絵本を毎日読んでと持ってきたり、夏場には、水場のあるところから、動かないですっと遊んでいるとか、よく見られる光景です。

付き合う大人は、「また～」とってしまうのは、正直なところですが、子どもにはその時にしか、できないこと、必要なことがあります。

問題を抱えるお子さんの中には、子ども時代の遊びが足りなかったという話を聞いたことがあります。

子ども時代の遊び、大切にしたいですね。



## 田野保健センター行事のお知らせ

- ☆赤ちゃん健康相談：7月25日(水)当日受付：9:30~10:00 準備物：親子健康手帳
- 内容：身体計測・育児相談・母乳・栄養・歯科相談(希望者は歯ブラシ持参)など
- 問い合わせ：田野保健センター TEL 86-0117