

# 子育て支援センター



令和6年7月20日発行  
 しらおか虹保育園内  
 子育て支援センター「虹」  
 白岡市上野田1252-1  
 TEL 0480-31-7750  
 FAX 0480-31-7751  
 開館時間 午前10時～午後4時  
 (休館日 土・日・祝日)

August



いよいよ夏本番とばかりに、暑い日が続いています。外がどんなに暑くても子どもたちはいつも元気いっぱい！暑さで体力を消耗して感染症にかかってしまったり、熱中症になったりしないよう、私たち大人がじゅうぶんに気を付けて、子どもの様子をよく観察してあげたいですね。また子どもだけでなくパパやママも、十分な水分補給とこまめな休憩を忘れないように遊びましょう！

## 【日焼けは体にいいの？】



すこし前までは「日焼けは肌に健康」と言われていました。ですが、実は太陽光線に含まれる紫外線は、免疫力の低下や目への悪影響、皮膚の老化などを引き起こすことが分かってきました。しかし、戸外で思いっきり遊ぶ経験は、子どもの成長に欠かせません。そこで戸外で遊ぶ時は、長そでを着たり帽子をかぶるほか、日焼け止めを塗るなどの予防も必要です。乳児の場合は外気浴だけでもじゅうぶんです。昼間の暑い時間帯はベビーカーでの散歩は照り返しがきつく、大人より乳児のほうがアスファルトの地面に近いので熱中症の危険があります。この時期の散歩は涼しい時間に行うなど、工夫が必要です。

## 【もしも熱中症になった時の対応】



子どもに熱中症の疑いがある症状が出た時ですが、まずは体温を下げるようにします。  
 ☆冷たいタオルで首やわきの下を冷やしたり、風を送ったりします。  
 ☆戸外の場合は日陰に行き、頭を高くして寝かせましょう。  
 ☆高熱が続く、けいれんを起こす、水分補給が出来ない、意識を失っているなどの症状が見られたときは応急処置を済ませてから病院に行きましょう。  
 ☆意識があるのにぐったりしている場合でも同じく病院に行くようにしましょう。

親子教室  
 第7回

♡ルンルン♡  
 8月20日

※サンサン※  
 8月21日

☆ランラン☆  
 8月23日

## 親子なかよし講座☆ピカピカ☆ 「フォトスタンドを作ってみよう！」

日時：8月2日(金)  
 午前10時30分～11時10分  
 対象：市内在住の1歳以上の幼児と保護者 8組



\*この講座は未就園以外のかたでも応募可能です！

## 「スキンケアクリーム作り」 NEW

日時：8月27日(火)  
 午前10時30分～11時10分  
 講師：のほほん助産院



対象：市内在住の乳幼児と保護者 8組  
 料金：☆ラベンダークリーム(10g) 500円  
 ☆虫よけクリーム(10g) 1000円  
 ☆UVミルク(20ml) 1500円  
 ☆究極の美容ジェル(20ml) 1500円

☆作るものの効果についてはポスターをご確認ください。  
 \*この講座は未就園以外のかたでも応募可能です！

## ぶち・ルンルン

～子育て仲間を作りましょう！～  
 日時：8月6日(火)  
 午前10時30分～11時45分  
 ☆時間内随時受付

対象：市内在住の6～12か月の乳児(未就園)と保護者  
 内容：親子の交流、寝相アート、記念カード作り  
 ※駐車場には限りがありますので、ご了承ください。

## 育児講座☆キラキラ☆ 親子で体操体験！

日時：8月22日(木)  
 午前10時～11時  
 講師：すまいる体操



にしたか なおみ  
 西鷹 直美 氏

対象：市内在住の1歳5か月以上の幼児と保護者 12組

夏でも元気いっぱいのお子さんたち！お家の中ではストレス発散もままならないのではないのでしょうか…？そんな元気なお子さんと一緒にママはお家の中では逆にストレスになってしまいますよね…そんなママ達必見！虹保育園の広いホールでお子さんに元気いっぱい体を動かしてもらってはいかがでしょうか？(笑)

\*この講座は未就園以外のかたでも応募可能です！！

## 誕生会

日時：8月30日(金)  
 午前10時00分～11時00分  
 ☆時間内随時受付



内容：写真ブース、誕生日カード作成、身体測定、手形、保育園の誕生会の出し物の見学など

対象：市内在住の8月生まれの乳幼児(未就園)と保護者

☆今年度より、保育園の誕生会がやっている間にお越しのかたは保育園の誕生会の出し物が見られます！

\*保育園の誕生会は10時頃から行っています！  
 \*保育園の感染症の状況により、見学が出来ない場合もあります。ご了承ください。

※駐車場には限りがありますのでご了承ください