



大東市子育て支援事業

つどいの広場

みどい

2023年7月

住所 大東市北条1-22-20
 TEL 072-807-5466
 ✉ d-midori@diary.ocn.ne.jp
 月~金 AM10:00~11:45
 PM13:00~14:45
 電話での相談は15時まで行っています

随時、子育て相談に応じています。
 電話・FAX・メールも可能です。
 お気軽にお問い合わせください。

今月の予定

完全予約制での利用となっています。
 初めて利用される方は連絡してください。
 説明させていただきます。

- 19日(水) 英語あそび(1才半以上)
 10:30~11:00
 10:20わかば保育園東館に集合です
- ★ マサパーティーは予約された方に、個別にお知らせします(10:30~11:30)
- ★ 行事の日の午前中、当日予約もできるようにしました。9:30以降に電話して下さい。日程については公式Instagramの方でご確認をお願いします
- ★ 気温や湿度が上がり、感染症が流行する時期です。あせも(汗のか)・感染症による湿疹(汗のか)・わきが(汗のか)のときは、早めに受診するようにしましょう。

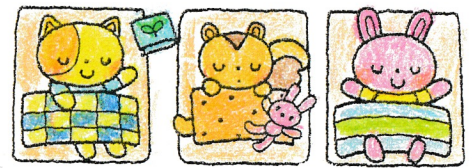
梅雨明けが待ち遠しいこの時期、蒸し暑かったり肌寒かったりで、子どもたちは体調を崩しがちです。長時間、暑い中にいたり、日ざしの強い所にいたりすると子どもは疲れてしまいます。睡眠や休息を十分にとり、生活リズムを整えて免疫力を高めていきましょう。



生活リズムを整えましょう

夏は暑さのために食欲がなくなったり、夜眠れなかったりして、疲れやすく抵抗力も落ち、体調を崩しやすくなります。お出かけも多くなるので、活動と休憩のバランスをとり、いつもの生活リズムを保つよう心がけましょう。お出かけ時には子どもの睡眠、食事時間を優先し、無理のない計画を。また、着替え、水筒(水分)、ぬれタオル、バスタオル、保険証、常備薬なども持参するようにしましょう。

- = 暑い時期の遊び方。(戸外) =
- ・涼しい時間、涼しい場所で
 - ・時間配分に気を付けて(こまめに休め)
 - ・紫外線対策をしっかりと(帽子やサングラス)
 - ・水分補給をこまめに(冷たすぎずのNG)
 - ・汗をしっかり拭く(かぜひきあせも予防)
 - ・疲れたら、体を休めましょう。



みずあそびのおしらせ

7/3(月)より月~金曜日(雨天中止)

午前 10:30~11:00
 午後 13:30~14:00

(注) 行事の日の午前中はありません。
 気温が低い場合は中止します。

<持ち物> 水あそび用オムツパンツ
 タオル大人1枚・子ども1枚
 着替え

