



つまぎ子育て支援センター ☎5377(つまぎ保育園内)・みつば子育て支援センター ☎0337(みつば保育園内)

## 子育てアドバイス

### 今からできる熱中症対策

熱中症対策の一つとして「真夏になる前にしっかり汗をかくこと」が大事であるといわれています。特に乳児は、夏になる前にしっかり汗をかくことで汗腺の数を増やします。梅雨で蒸し暑い季節ですが、体を動かして汗をかき、熱中症の予防に努めたいですね。無理をせず体調に合わせて行ってください。小まめな水分補給を忘れずに！



「保育月刊誌」より

### 年齢別サロン (午前10時30分～11時30分)

年齢、発育に合わせたリズム体操、絵本の読み聞かせ、触れ合い遊びなど

### 遊びのひろば (午前9時～午後2時) 🌸0～3歳児 🐻0歳児

親子で自由に遊ぶ、参加者と育児についての情報交換など

### 出前サロン (午前10時30分～11時30分) 担当者が保育園や公民館へ出向きサロンを開きます。

#### つまぎ子育て支援センター

月	火	水	木	金
1 🌸	2 0歳児 サロンA	3 0歳児 サロンB	4 🌸	5 0歳児 食育講座
8 🌸	9 1歳児 サロンA	10 🐻	11 1歳児 サロンB	12 🌸
15 海の日 お休み	16 2・3歳児 サロンA	17 🌸	18 2・3歳児 サロンB	19 🌸
22 🌸	23 🌸	24 🐻	25 🌸	26 のうなん保育園 サロン
29 🌸	30 🌸	31 🌸		

#### みつば子育て支援センター

月	火	水	木	金
1 🌸	2 0歳児 サロン	3 🐻	4 園行事のため お休み	5 0歳児 食育講座
8 🌸	9 1歳児 サロン	10 🌸	11 🌸	12 土岐津公民館 サロン
15 海の日 お休み	16 2・3歳児 サロン	17 🐻	18 🌸	19 🌸
22 🌸	23 🌸	24 出前サロン	25 🌸	26 🌸
29 🌸	30 🌸	31 🌸		

## 講座案内

### 食育講座 離乳食(後期)づくり

日時 7月5日(金)午前10時～

場所 妻木公民館

持ち物 エプロン・三角巾・マスク・お茶

参加費 200円

定員 16人 (生後6カ月～1歳のお子さんが対象)

申し込み 各センター

(来所の際に申し込んでください)

\*調理実習中は託児があります。



### 5月の講座「公園遊び」の様子



しゃぼん玉  
まてまて!