

8がら



子育て支援センター おおくぼ

子育て情報カレンダー

予約申し込み・問い合わせ (078) 936-7661

日	月	火	水	木	金	土
	1 休 所 日	2 	3 ことばの相談 9:00~16:00 講師都合により 子育て相談に変更 高丘コミセン 出張ひろば 10:00~11:30	4 8/2(火)9時~来所・ 電話にて受付開始 応募者多数の場合 8/2(火)10時から 公開抽選8組	5 ボランティア さんと遊ぼう 11:00~11:30 ボランティアさんと 遊みましょう♪	6 身体測定 9:00~16:00 乳児幼児の体重 計身長計を置いて います
7	8 休 所 日	9 子育て相談 10:00~12:00 (11:30 受付終了) 《当日受付》 利用者支援子育て ナビゲーターによ る子育て相談です	10 《予約優先》 作業療法士に よる発達相談 9:00~16:00 講師都合により 9-12時 栄養相談 13-16時 子育て相談 に変更	11 ふれあい マッサージ 10:30~11:30 [持ち物] バスタオル 1枚・水分補給 [対象] ~生後6ヶ月 《要予約》	12 	13 身体測定 9:00~16:00 乳児幼児の体重 計身長計を置いて います
14	15 休 所 日	16 ボランティアさんと おもちゃ作り 10:00~ 今月のテーマは 「敬老の日」 《当日受付先着20組》 おもちゃのお医者さん 10:00~11:00 壊れたおもちゃを1ヶ月 預かり修理します。 部品代のみ有償 《当日受付》	17 8/4(木)9時~来所・ 電話にて受付開始 先着8組 [持ち物] バスタオル 1枚・水分補給	18 移動ブレイルーム てくてく 10:00~12:00 東江井安心コミュニ ティプラザにて ベビーマッサージ 10:15~10:45 [対象] ~生後6ヶ月	19 親子ふれあい遊び 9:15~9:45 家庭でもできるふれ あい遊びを楽しいま しょう♡《要予約》 8/5(金)9時~ 受付開始・先着12組	20 身体測定 9:00~16:00 乳児幼児の体重 計身長計を置いて います
21 	22 休 所 日	23 子育て相談 10:00~12:00 (11:30 受付終了) 《当日受付》 山手小コミセン 出張ひろば 10:00~11:30 山手小コミセンで お待ちしております	24 利用者支援子育て ナビゲーターによ る子育て相談です	25 	26 英語で遊ぼう 9:30~10:00 英語のふれあい遊び を、親子で楽しみま しょう☆ 《要予約》 8/12(金)9時~ 受付開始・先着12組	27 身体測定 9:00~16:00 乳児幼児の体重 計身長計を置いて います
28 《予約優先》 ことばの相談 9:00~16:00 (15:00 受付終了) おたんじょうび会 11:45~12:00 8月生まれの お誕生日さん 集まれ~♪ 	29 休 所 日	30 	31 	<p>★子育て支援センターおおくぼ★</p> <p>場 所：明石こどもセンター1階 明石市大久保町ゆりのき通1丁目4-7 TEL： 078-936-7661 ホームページ：https://fruitsbasket.jp/ (NPO法人フルーツバスケット) 開室日：火曜日~日曜日 9時~16時 (月曜・年末年始休み) 対 象：年少の学年(30年4月生まれ)までのお子様とその保護者</p>		

*支援センターでは、明石市に気象警報発令中は臨時閉所致します
*気象警報が発令中のイベントは中止となり、解除後のイベントについてはHPをご確認ください
*要予約・対象年齢の記載のないイベントは、どなたでも参加できます
*日程や時間が変更されることもあります。HPをご覧ください、電話でお問い合わせください

★感染拡大防止のためのお知らせ★

*入室時の体温確認・手指の消毒のご協力をお願いします
*開所時間：9時~12時・13時~16時
(12時~13時は消毒の為退出をお願いします)
*状況により入場制限をお願いすることがあります
皆様のご協力をよろしくお願い致します



旬の野菜

キュウリ・シシトウ・シソ・ナス・トマト・ピーマン・オクラ・トウモロコシ・カボチャなど、夏はおいしい野菜が豊富です。

旬の物をしっかり食べて、夏バテを防ぎ、病気にかからない元気な体を作りましょう。

親子で夏野菜を使った料理を考えてみるのも楽しいですね。



こまめに水分補給を

乳幼児の体は80%を水分が占めています。水分補給は一度にたくさん飲むのではなく、汗をかく前にこまめに飲むようにしましょう。起床時・就寝前・遊びの前後・お風呂の前後などにコップ1杯を目安に飲むとよいようです。



夏かぜに気をつけよう

夏かぜとは、プール熱・ヘルパンギーナ・手足口病などのことをいいます。

うがい・手洗いをしっかりする、部屋の湿度・温度に気をつけるなど、かぜの予防を心がけましょう。

寝るときはクーラーのタイマーを利用して、体が冷えすぎないようにしましょう。

もしかかってしまったら、たっぷりと睡眠を取り、栄養のある食事や水分をしっかりとるようにしましょうね。



お盆

「お盆」の正式名は「盂蘭盆会」といい、先祖の霊を迎えて供養する期間のことです。

この時期に各地で行なわれる「盆踊り」は、先祖の霊を慰めるための踊りです。

ご先祖様への感謝の気持ちを持って迎えるようにしたいですね。



今月の手遊び

イベントの日除く 11:45~と 15:45~に手遊びと絵本の時間を開催しています。おうちでも親子で楽しめる手遊びを紹介していますので、是非ご参加ください。

前半 (1日~15日)

♪ おおきなたいこ

おおきなタイコ

ドーン ドーン

ちいさなタイコ

トン トン トン

おおきなタイコ

ちいさなタイコ

ドーン ドーン

トン トン トン

後半 (16日~31日)

♪ ぞうさんのうた

※ ららら ぞうさん
ららら ぞうさん
ららら ぞうさんを※

ぬいましょう
チクチクチクチク...

※ (くりかえし)
あらいましょう
ザブザブザブザブ...

※ (くりかえし)
しほりましょう
ギュギュギュギュ...

※ (くりかえし)
ふきましょう
ごしごしごしごし...

利用者支援事業

子育ての「知りたい」「相談したい」「預けたい」「利用したい」をサポートします

利用者のニーズに合わせた情報提供や支援を行います。

また、お子さんやお母さん自身のこと、ご家族の心配ごとなど子育てナビゲーターがゆっくりにお話を聞かせて頂きます。ご希望があれば関係機関をご紹介しますこともできます。

お気軽に声をかけていただきお話を聞かせてください。ひろばに出向くことが困難な時は電話でも相談を受け付けます。お気軽にご利用ください。

月・火・水・金・土 10:00~16:00 子育て支援センターうおずみ 利用者支援 078-203-8494