

下田市敷根 761 番地  
☎ 27-2200

下田市子育て支援情報  
ホームページアドレス  
<http://shimoda-kosodate.net/>

ギラギラと照りつけるような日差しに夏本番を感じますね。体温調節が十分に発達していない子どもたちは、熱中症の危険性が大人よりも高まります。こまめな水分補給を心がけましょう。子どもたちの大好きな水遊びも本番です。7月28日から支援センターでの水遊びが始まりました。水遊びは心も体も解放してくれますが、ちょっとしたことが事故につながることもあるので、安全面には十分な配慮が必要です。水深10cmでも事故は起きるといわれています。ご家庭のお風呂場やビニールプールで遊ぶ時も、お子さんから目を離さないように気をつけましょう。また、暑いと冷たいものを飲んだり食べたりすることも多くなると思います。冷たいものの摂りすぎは胃の働きを弱め食欲も落ちるので、摂りすぎに注意しましょう。

### 7/13 保健師さんの講話から

- ・紫外線の気になる季節ですが、骨の成長に必要なビタミン D の生成には紫外線が欠かせません。丈夫な体を作るため、1日15分程度の日光浴は確保して紫外線とうまく付き合っていきましょう。
- ・あせもの予防には沐浴やシャワーで汗を流すのも効果的ですが、洗浄剤を使いすぎるとかえって肌の角質を痛める恐れがあるので、夜の入浴時だけにとどめましょう。

## 1月のできごと

ベビーマッサージ



発育測定



7月生まれ誕生会



七夕の短冊づくり



体育館で遊ぼう



## 8月の予定

- 4日(火) ベビーマッサージ④(14:00 事前申込者)
- 7日(金) \*午後閉館(玩具消毒・洗浄)
- 10日(月) 発育測定(10:00~11:00)  
ベビーマッサージ⑤(10:00) 申込受付開始
- 20日(木) 閉館日
- 21日(金) 閉館日
- 24日(月) 8月生まれ誕生会(申込み19日まで)
- 25日(火) 親子歯磨き教室(静岡県 8020 双葉事業)  
申込開始(20組)

H27.2生~H27.5生

## 9月の予定

- 1日(火) ベビーマッサージ⑤(10:00 事前申込者)
- 2日(水) めだかルーム(午後)
- 4日(金) \*午後閉館(玩具消毒・洗浄)
- 7日(月) 発育測定(10:00~11:00) 保健師講話 11:00
- 9日(水) あひるルーム(午前)
- 14日(月) ベビーマッサージ⑥(14:00) 申込受付開始  
H27.3生~H27.6生
- 15日(火) 親子歯磨き教室(静岡県 8020 双葉事業)  
10:30 \*事前申込者のみ
- 16日(水) うさぎルーム(午前)
- 18日(金) 食育講座(おやつ・手洗いについて)10:30
- 18日(金) \*午後閉館(フロアマット消毒洗浄)
- 24日(木) 9月生まれ誕生会(申込み17日まで)
- 29日(水) ベビーマッサージ⑥(14:00 事前申込者)

## 年齢別ルームについて

9月から3月まで毎月1回半日ずつ、同年齢(名札の色)で集まって遊ぶ日を設けます。同じ年齢のお子さんをもつ保護者同士で情報交換、親子同士でふれ合う場としていただければと思います。年齢ごとの呼び名は表記の通りです。実施日については予定表をご確認の上ご参加ください。

めだかルーム 第1水曜	未歳児：橙色名札 0歳児：桃色名札	H27.4.2~ H26.4.2~H27.4.1
あひるルーム 第2水曜	1歳児：黄色名札	H25.4.2~H26.4.1
うさぎルーム 第3水曜	2歳児以上 水色名札：緑色名札	H24.4.2~