

うさかめ 子育て広場だより

住所: 渋谷区笹塚 2-31-8 / TEL: 03-3376-1663

七月に入っても梅雨のうっとうしさは赤焼き。気温や湿度は上がり、おし暑い日が多くなっています。この気候は大人でも体のスッパリ感がなくなったりしますので、小さい子どもにとっては、「しっかり眠れていない」「食べたくない」といふ機嫌が悪くなる原因にもなります。そのような日には、気分を変え、お出掛けに(雨でも暑くても大丈夫)室内あそび場を利用することもよいのでは...と思います。うさかめ子育て広場もご利用ください。お待ちしています。

七夕かざりを作り
7/1(日)~4(木)の間、材料を用意してありますので自由に作り飾つたりにして七夕を味わいましょう

今月の予定

- ① 給食体験... 7/2(金) 7/9(金)
希望する方は同じ週の火曜日までに申し込んでください。
連絡は平日の9時~17時の間にお願います。
*申し込み時に食事の形態・アレルギーの有無など伺います。(お子さんに見合った食事の提供をすためです)
- ② 保育園見学ツアー... 7/30(火) 10時から
子育て室にて保育園の説明、質問などを行いその後園内見学をします。子育て相談も受け付けます。
*8月はお休みさせていただきます。
*9月には2回実施予定です。
- ③ みんなであそぼう... 7/17(水) 10時から
親子で参加して頂きます。
今月は「水あそび」(天気やおけいば中庭ではお)
*持ち物: 着替え・帽子・タオル
着衣のまま行いますので念のため 大人用のあそびはよけにたります
- *水分補給のできる水や麦茶などお持ち下さい。
*天候不明時の日は室内で2歳児組と一緒にあそび、体操、おたけびやおとちゃであそびたいと思います。
- ④ 水あそび... みんなであそぼうの7月と同じような方法で中庭で水あそびを行います。
日程: 7/19(金) 7/29(月) 7/31(水)
時間: 10時までに来てください。10時30分から始めます。
持ち物: 着替え、帽子、タオル、飲み物の水(または麦茶)
*水あそびをしない方は室内であそび事も可能です。

- ⑤ 子育てフッキング... 7/6(水) 10時30分~12時30分
今月は「挽肉とマッシュポテの重ね焼き」を調理します。今回は挽肉を作った際立てをテーマに他にも豆腐ステーキの挽肉あんかけの紹介などもします。(資料の配付)
*受付時間: 10時30分~10時40分
*持ち物: エプロン 三角巾(調理実習時に使用)
*お子さん用の昼食をお持ちください。
*着衣/食: 当日調理したものとお弁当の口お直し
あそびらせ
お子さんをおかき園などには預けている時間には大人だけの参加もできます。
- ⑥ 身体測定... 7/23(火) 7/24(水) 10時~12時
健康相談... 7/23(火) (看護士がキャン70に31階のため1日のみおこなって頂きます)
体重、身長も測定します。記録カードをお渡しします。

熱中症「サイン」について

子どもは体温調節機能が未熟で汗や尿で水分が多く出ていく上「口侯が温いた」「痲れた」といふに伝えられなかったり遊びに夢中になつたりする場合があります。注意が必要。(注意のサイン) 唇の乾き、尿量

予防のポイント

- ・こまめに水分補給し、涼しい場所で休憩と取る
- ・外に出る際は帽子をかぶる
- ・食事をしっかり取ることで適度な塩分摂取も
- ・風呂に入って汗をかいた後徐々に暑さに身体を慣らす
- ・熱がこもりにくい服装を心がける。

気づけたいこと... 湿度に目が行きがちだが湿度にも注意を払ってください。
<2019年6月12日(水)読売新聞(朝刊)抜粋>