

心の花束

様似町子育て支援だより

平成30年 7月 No.4

6月8日、「親子でお料理」で、春キャベツのパスタとアップルパイを作りました。フォークを上手にを使って、たくさん食べてくれました。調理の見学も興味津々でしたね。今回は、お母さんとおばあちゃんが参加してくれました。ありがとうございました。



今月は、アポイ公園への「バス遠足」、幼児センター園庭での「お父さんとあそぼう」が予定されています。たくさんの参加をお待ちしています。

〈子育てサロンの予定 7月〉

	ひよこグループ (妊婦・0～1歳) 1.0時～1.2時・1.4時～1.6時	りすグループ (1歳(歩けるようになった子)～就学前) 1.0時～1.2時・1.4時～1.6時	
	子育てサロン	3日(火曜日)	4日(水曜日)
ぱんだ組	10日(火曜日)	11日(水曜日)	12日(木曜日)
	17日(火曜日)	18日(水曜日)	19日(木曜日)
	24日(火曜日)	25日(水曜日)	26日(木曜日)
	31日(火曜日)		

*7月12日(木) 園庭あそび 10:30～12:00・14:00～15:30

『 赤ちゃんの眠り 』

「赤ちゃんがなかなか寝ない…」のはどうして? 赤ちゃんならではの睡眠のしくみや特徴に迫ります。

③ 赤ちゃんの浅い眠りがすごいわけ

浅い眠りの間には、その日に経験したことや得た情報など整理、記憶するといった脳のメンテナンスをしているという説があります。睡眠全体の約50%が浅い眠りの0～1歳代の赤ちゃん期は、生涯で最も脳が発達する時期と言っても過言ではありません。一方、深い眠りの時は、体の発育に欠かせない成長ホルモンがたくさん分泌されます。分泌のピークは22時から2時なので、しっかり眠れるようにサポートしてあげたいですね。



〈子育て相談〉

- ・相談日・・・土曜・日曜・祝祭日を除く月曜日～金曜日
- ・時間・・・午前9時～午後5時まで
- ・TEL・・・36-5521 *FAX・・・36-2203
- ・〒058-0015 様似町錦町1番地の8(様似町立幼児センター子育て支援係)
- *電話・面談・訪問のいずれも受け付けています。気軽にご相談ください。

〈バス遠足〉

日 時 7月20日(金)10:00~12:30
 場 所 アポイ公園
 日 程 10:00 幼稚園玄関前集合
 10:15 アポイ公園着
 散歩、公園で遊ぶ(おやつ)
 11:30 昼食
 12:00 アポイ公園
 幼稚園玄関前で解散



もちもの お弁当・おやつ・飲み物
 敷き物・着替え・ぼうし
 タオルなど



*申し込み 7月17日(火)まで。
 *悪天候の場合は室内あそびに変更します。

〈お父さんとあそぼう〉

日 時 7月22日(日)10:00~11:30
 場 所 幼児センター園庭
 もちもの ぼうし・飲み物・着替えなど
 *申し込み 7月20日(金)まで。

〈水あそび〉

日 時 8月2日(木)10:30~12:00
 場 所 幼児センター園庭
 もちもの 水着・布パンツまたは水あそび用
 紙パンツ・着がえ・タオル・帽子
 飲み物
 ビニール袋



*悪天候の時は
 室内あそびです。

： 災害時の心がまえ ：

6月18日月曜日、午前7時58分、大阪北部で震度6弱、M6.1の大きな地震が起きました。ライフラインや交通機関にも大きな影響をおよぼし、火災の発生、家屋や塙の倒壊、家具の転倒等でたくさんの人が怪我をし、命をなくされた方もいました。災害はいつ起こるかわかりません。日頃から、災害時の心がまえを持っておきましょう。

「171災害用伝言ダイヤル」の利用方法

災害発生時は電話が殺到し、被災地域内では電話がつながりにくくなることがあります。その時に活用できる、171災害伝言ダイヤルのサービスを確認しておきましょう。

《 メッセージを残す 》

1. 171をダイヤル
2. 「1」(録音)を選ぶ
3. 自分(被災地)の電話番号をダイヤル
4. メッセージの録音

《 メッセージを聞く 》

1. 171をダイヤル
2. 「2」(再生)を選ぶ
3. 被災地の方の電話番号をダイヤル
4. メッセージの再生

非常持出品、備蓄品の確認をしておこう



非常持出品、備蓄品の置き場所や中身を確認しておきましょう。食品や飲料の場合は賞味期限を、ラジオなどの機器の場合は故障がないか

など、定期的にチェックし、消火用品・防災グッズの用意もしておきましょう。



避難場所・経路を確認しておこう

避難所や広域避難場所、家族の待ち合わせ場所への経路を、休日などを利用し、昼間と夜間、それぞれ実際に歩いてみて確認しておきましょう。



家の中の安全を確認しておこう

万が一倒れてきたら危ない向きの家具はないか、避難路をふさいでしまうものがないかなど、災害が起きた時をイメージして、家の中に危ないものや注意することはないか日頃から確認しておきましょう。

〈今月の歌〉「ぶんぶんぶん」

〈今月のわらべうた〉「ちょちょちょ」

〈今月のてあそび〉「むすんでひらいて」

〈今月の絵本〉「くだもの」