なかよしメール　8月

洞爺湖町子育て支援センター　**TEL** 0142-76-2008
メールアドレス kosodate.center@town.toyako.hokkaido.jp

R６年８月１日

毎日、蒸し暑い日が続いていますね。 みなさんは、体調を崩したり、食欲をなくしたりしていませんか？
子どもだけでなく、お母さん方もこまめな水分補給と十分な休息をとり、健康管理に十分注意して子どもと一緒に楽しい夏を過ごしましょう！！
カラッとしたお天気の日にパシャパシャと水遊びをしたら気持ちがいいだろうな～、海にも行きたいな～、カニさん見せてあげたいな～など遊びたい事がいっぱい！
子育て支援センターでは、夏の遊びを用意してみなさんが遊びに来るのを待っています。
園庭で砂遊びや、水遊びをしたりする時もあると思いますので、水遊びの用意をして遊びにきてくださいね。
用意する物…帽子　水分補給物（水か麦茶）　着替え
ビーチサンダルまたは汚れてもいい靴

「本町保育所開放 7/５」
保健師さんに誘われて計測をしました。「みんな大きくなったね」とママがニンマリでした！

里帰りしているお友だちも
開設に遊びに来てくれました。

「桜ヶ丘保育所開放7/１２」
久しぶりのお友だちが遊びに来てくれました。

子育てセミナー「ハーブでリフレッシュ」
今年度、初めての子育てセミナーを行いました。アロマセラピストの伏見さんを講師にお迎えしました。お母さん達からは「ハーブの良い匂いで癒されました」「ハーブ占いが面白かった」と興味津々でした。

「洞爺保育所開放 7/19」
クンクン！クンクン！
木の玉プールって良い匂い！

「入江保育所開放 7/26」
１歳前のヨチヨチちゃん達が遊びに来てくれました。ニッコニコの笑顔とお座りや寝返りが上手になったね！

親子ふれあい遊び

「噴水公園で水遊び」を予定していましたが、小雨模様だったので中止にし、支援センターで遊びました。
３年連続の雨。来年は７月では無く８月か９月に考えていきたいと思います。

「８月の予定カレンダー」

日	月	火	水	木	金	土
				１ 開設	２ 本町保育所開放	３
４	５ 開設	６ 子育てセミナー②	７ 開設	８ 開設	９ 桜ヶ丘保育所開放	１０
１１ 山の日	１２ 山の日 振替	１３ 開設	１４ 開設	１５ 開設	１６ 開設	１７
１８	１９ 開設	２０ 開設	２１ 開設	２２ 開設	２３ 洞爺保育所開放	２４
２５ 親子ふれあい遊び 「なつまつり ごっこ」	２６ 開設	２７ 開設	２８ 開設	２９ 開設	３０ 入江保育所開放	３１

親子ふれあい遊び　　「夏まつりごっこ」

的あてや輪投げ、金魚すくいなど・・・夏にぴったりのおまつりごっこを開催します。
お子さんと一緒に夏の思い出をつくりませんか？最後に記念写真も撮ります。

日時　　８月２５日(日)(予約制)　　１０：００～１１：３０
場所　　子育て支援センター（本町保育所内）
持ち物　着替え、濡れても良い服装、帽子（親子）、
　　水分補給物(水かお茶)汗拭きタオル、ベビーカー(必要な方)

＊受付締切日８月２３日(金)　★電話での受付も大丈夫です。

７月４日（火）から「はつらつパパ・ママの子育てセミナー」が始まりました。
今年は、あと５回の開催です。
詳しくは、ポスター、洞爺湖町ホームページ、広報とうやこに掲載していますのでご覧ください。
子育てセミナーは、予約制ですので直接、子育て支援センターに申し込みをお願いします。
＊１０組になり次第、受け付けは終了になります。

夏に流行する病気

本格的な夏の季節の前に流行する病気を知っておきましょう。

『手足口病』

口内に白いポツポツが生じます。その後、手のひらや手の甲、足裏、足の甲、指、膝、臀部（しり）などに２～３ミリ程度の赤みのある水泡性発疹が出ます。
〈対応〉
手、足、口、全てに症状が出るとは限らないが、疑わしい場合は受診しましょう。

『ヘルパンギーナ』

突然の高熱（４０℃近い）で発症する。口腔内に水泡ができ、２～３日たつとそれが破れて痛みがでます。口の痛みがなくなるまでに、１週間ほどかかります。
〈対応〉
食事が取れなかったり熱が続くようなら受診しましょう。

『熱中症』

乳幼児の熱中症は、短期間で容態が急変する事があります。それは、まだ体温調節が出来ないからです。
保護者が適切な予防策を知り、配慮していけば、必ず防げるものなので日常での配慮点と症状を知っておきましょう。
※外にでる時は、必ず帽子をかぶる。
帽子を嫌がる子もいますが、その都度「頭がいたくならないようにかぶろうね！」など言葉かけをすると子どもは、かぶる物として認識してくれるようになります。
※水分をこまめにとる。
※散歩や外遊びは、涼しい時間帯を選び、日陰がある場所で遊ぶ。など予防策があります

〈主な症状〉

- 高温多湿の環境にいて、顔が真っ赤になっている。
- 唇が乾いている。指で口の中を軽く触ると乾いている。
- 普段より、大量の汗をかいている。
- 水が飲めない、飲みたがらない。
- 下痢や嘔吐をしている。
- 呼びかけても反応が鈍い。
- まったく反応がない。意識がない、ぐったりしている。

以上の症状があったら熱中症の疑いがあります。
呼びかけても反応しない、ぐったりしている、水を飲めない状態なら救急車を呼びましょう。