

～子育て家庭のみなさんへ～



すがすがしい新緑の季節、みなさん元気にお過ごしでしょうか。コロナの感染症拡大防止対策として、現在、富山アラートがステージ2に引き上げられましたが、緊張感だけでは、心が凝り固まってしまい、逆に不健康になっては、大変です。気は引き締めるものの、引き続きの手洗い、マスク着用、換気、ソーシャルディスタンスを心がけ、「一年間私たちそれぞれが培った with コロナとは」に目を向け、許していい部分を見極めていけたらいいですね。そして何よりも『心の豊かさ』を是非とも持ち合わせてほしいなと願います。子育て家庭の皆さんには、不自由もご苦労もたくさんあるかと思いますがどうか、負けないでいてください。私たち子育て支援センターは、いつでも親御さんやかわいいお子さんたちのことを想っています。きちんと衛生面の配慮に努めていますので、よかったらかわいいお子さんをお連れになってセンターにあそびにいらして下さい。その時には、私たちにこそぜひ、あなたの頑張りを心からねぎらう気持ちと共に、あなたの大切なお子さんを一緒にかわいがらせてくださいね。

あなたの大きいわね！



そうかな～

ままごとコーナーのひとつマヨリ

5月

いちい子育て支援センター

繋がる

～おたより～

第2号

～簡単工作の紹介～

★パソコンのマウスパッド作り★



- ① クリアファイルに好きな絵や写真をはさみます
- ② 周りをマスキングテープではります ☆完成☆



プレゼントにいかがですか～♪

保育雑誌「パブリカ」より

～絵本の紹介～



『すてきなぼうし』より

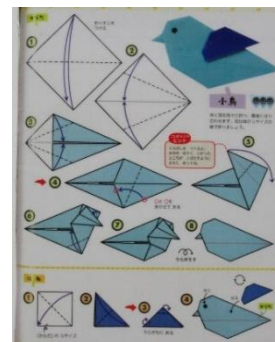


～コロナ対策～

- ★マスク着用
- ★手洗い
- ★換気
- ★ソーシャルディスタンス

ホッとなごんで心の健康

～作ってみよう♪～



～歌ってみよう♪～



★保健師による保健コーナー★

～春から始めよう！熱中症対策！！～

5月は体がまだ暑さに慣れておらず、実は熱中症に注意が必要な時期です。さらに、子どもは身長が低く地面との距離が近いので、大人よりも高温の環境で過ごしています。体調の変化に周りの大人が気を配ってあげることが大切です。そこで、今からできる熱中症対策と予防方法をお伝えします。

■熱中症に備えていまからできること

体を少しずつ暑さに慣らしていく(暑熱順化)ことと、元気な汗腺(汗をつくること)をつくることです。

《暑熱順化を促進・汗腺を活性化する方法》

- ① 汗をかくような運動をする
- ② シャワーだけでなく湯船につかる



■熱中症を防ぐために

- ・水分補給をしっかりと
- ・定期的に涼しい場所で休憩する
- ・屋外では帽子をかぶる
- ・気温と体温に合った衣類を着せる



月1回 健康相談 9:00～11:00 実施

わからないことや悩んでいること等、どんなことでもOKです！

(詳しくはHPをご確認ください)