



総合子育て支援センター
 「ようこそ岡崎～転入ママのつどい～」

本紙の3ページに詳細
 があります。



CONTENTS

- ◆ちよこっとわらべうた
- ◆らーごむ～ちょうどいいってステキ～
「夏のスキンケア」
- ◆子育て支援の会
- ◆ようこそ岡崎～転入ママのつどい～
- ◆総合子育て支援センターからの
お知らせ
 - ・ひろばのお知らせ
 - ・子育て講座のご案内
 - ・お休みのお知らせ

♪ちよこっとわらべうた♪

『かえるがなくから』



- ① かえるがなくから かえろ ② おたまがいるから いーじゃん ③ か



お子さんを膝に乗せ、
 ゆっくり縦、または横
 にゆらす。



膝を上下に動かす。



うたの最後に足を開い
 てお子さんのお尻を落
 とす。

☆あそびのバリエーション☆
 ＊お子さんの顔の前で布を持ち、左右にふりながら歌います。
 ＊「かえる」と「おたま」を「いぬ(わんこ)」と「ねこ(にゃんこ)」など別の動物の
 名前に替えたり、「お子さんの名前」と「ママ」などに替えたりして歌っても楽し
 いです。

【参考引用】新訂わらべうたであそぼう 乳児のあそび・うた・ごろあわせ 明治図書
 ふれあいたっぷり!赤ちゃんのわらべうたあそび チャイルド本社

らーごむ



~“ちょうどいい”ってステキ!~
「夏のスキンケア」

Lagom(らーごむ)は、「ちょうどいい」、「ほどよく心地良い」という意味のスウェーデン語。総合子育て支援センターは、必要以上にがんばることも、手を抜くこともない、みなさんにとって“ちょうどいい”子育てを見つけるお手伝いをします。

木々の緑がいつそう青々とし、汗ばむ暑さを感じる日が日ごとに増えてきました。

お子さんは体温調節機能が未熟なので、暑さを避け、紫外線対策をして、調整できる服装で出かけ、こまめな水分補給を心がけましょう。また、お出かけ前には愛知県に熱中症警戒アラートが発表されていないか確認し、発表されている場合は不要不急の外出を避けましょう。



お子さんの肌はデリケートです。

○皮膚の厚さは大人の1/2~1/3と薄いのでバリア機能が未熟。

○汗腺の数は大人と同じだけど、皮膚の表面積は大人より小さいので汗をかきやすい。

あせも対策



あせもは汗の出口が汗でふさがれて炎症したものです。

☆通気性や吸水性の良い綿やガーゼ素材の服を選ぶ。

☆エアコンで室温調整をする。アイス枕やタオルにくるんだ保冷剤を使う。

☆汗をかいたらこまめに拭く、着替える。

お風呂やシャワーで汗を流す。

☆あせもができて掻き壊してしまった場合は、受診し処方薬で対処する。

虫刺され対策

かゆくて掻き壊してしまうと、とびひなど感染症になる場合もあります。

☆自然が多い場所に出かける場合は、長そで長ズボンなど肌の露出を避ける服を選ぶ。



☆虫よけ剤を使う場合は天然素材のものがおすすめです。

☆刺された場合は、水で洗い流す。

☆掻き壊さないように爪を短くしておく。

日焼け対策

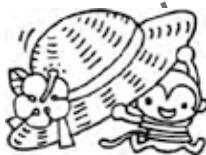
紫外線を浴びすぎると皮膚の細胞を傷つけてしまいます。

☆紫外線が強い10~14時の外出を避ける(4~9月は特に強い)。

☆外出時は、帽子をかぶり、長そで長ズボンを着る。日陰で過ごす。

☆日傘、カバー、紫外線カットシートなどを使って対策する。

☆日焼けしてしまった場合は、冷やしたり、保湿したりする。



おむつかぶれ対策

皮膚に残った排せつ物が刺激になってかぶれてしまいます。

☆おむつ交換の時に強くこすらず、ぬるま湯を浸した脱脂綿やガーゼなどでトントンと拭き取る。

☆シャワーなどでこまめに洗うのが一番。

☆おむつをはかせる前にお尻をよく乾かす。

☆ベビーオイルやワセリンを塗って、肌を保護する。



<参考>「子どもの病気ホームケアガイド」日本外来小児科学会 「保育園の保健のしごと」東社協保育士会保健部会

◆出張相談のおしらせ◆

<6月の相談日>

8日(水) 悠紀の里

9日(木) なごみん

15日(水) よりなん

16日(木) むらさきかん

23日(木) やはぎかん



「出張相談」は予約制です。総合子育て支援センターにお申し込みください。

☎26-0706



☆6月に開催される、各地区の民生委員・児童委員協議会主催の「子育て支援の会」の活動予定です。「子育て支援の会」に参加し、お住まいの地区でお友だちを作ってみませんか？
 ☆ここに掲載してあるのは一部で、非公開で行っている地区や、地区外でも参加できる会もありますので、詳細はお問い合わせください。
 お問い合わせ：総合子育て支援センター ☎26-0706

3日(金)	小豆坂エンジェルの会	小豆坂学区市民ホーム	14日(火)	虹っこひろば	細川学区市民ホーム
8日(水)	こっこの会	根石学区市民ホーム	20日(月)	どんぐり広場	野鳥の森公園(雨天:竜美丘学区市民ホーム)
9日(木)	ちびっこプーさん	常磐東学区市民ホーム	22日(水)	ぽっぽの会	岡崎学区こどもの家
9日(木)	ろくほくタンポポの会	六ツ美北部学区市民ホーム	23日(木)	はねっこ広場	羽根学区市民ホーム
9日(木)	カナナの会	本宿学区市民ホーム	24日(金)	やきたバンビの会	矢作北学区市民ホーム
9日(木)	こぼとの会	山中学区市民ホーム	27日(月)	プチ広場	岩津学区市民ホーム
11日(土)	ぐりとぐら	南部地域交流センター(よりなん)	29日(水)	さくらんぼ	藤川学区市民ホーム
14日(火)	びよびよ	大門学区市民ホーム	*都合により中止になることがありますのでご了承ください。		



「時の記念日」(6月10日)



671年に天智天皇が漏刻(ろうこく)という水時計を置き、鐘を打って人々に時刻を知らせたことが時報の始まりと言われていいます。現在の暦で6月10日であったため、6月10日が「時の記念日」と定められました。

時の記念日には、「時間の大切さを知り、時間を守る意識をもってもらう」という意味があるようです。
 <参考文献> 保育士バンク!

ようこそ岡崎♪ ~転入ママの集い~

市外から転入してきた未就園の親子を対象に行っています。

岡崎市での新しい生活が期待と不安の中スタートしている子育て中のご家庭は、「子どもと遊びに行きたいけれど知り合いがいなくてドキドキする」「子どもと遊びに行くところはどこ？」と感じているのではないのでしょうか。

総合子育て支援センターで開催している「ようこそ岡崎♪~転入ママの集いに~」参加してみませんか？

知り合いがいない。
友だちを作りたい。



就園するときは
どうするの？



親子で遊びに行く
場所や公園はどこ？

子どもを預かって
くれるところはある？

困ったときの
相談先はどこ？



内容：岡崎市の子育て支援情報のご案内
プレイルーム見学、座談会、質問会など

日時：第4月曜日 13:30~14:30 ※要予約

場所：岡崎市総合子育て支援センター たんぽぽルーム

対象：市外から転入してきた未就園の親子 ※10組



※参加希望の方は、総合子育て支援センターまでご連絡ください。

☎ 0564-26-0706 <受付時間>月曜~土曜(除祝日) 8:30~17:15

総合子育て支援センターからのお知らせ

都合により、ひろばや講座等は、参加人数の変更または中止になることがありますのでご了承ください。

初めてママのためのひろば 13時30分～14時30分(13時20分受付開始。受付前には入室できません。)

★初めて(第一子)の子育てをしているママのためのひろばで『はじめの一步』をしてみませんか?
同じくらいの月齢なら、思いや悩みも似ていて話しやすいと思います。親子で遊んだりママ友づくりや情報交換ができたりする場としてご利用ください。

★対象10組となりますが、人数を超えた場合は定員内であればプレイルームをご利用できます。

6月	ねんねひろば(3か月～4か月)	ころころひろば(5か月～6か月)	にこにこひろば(7か月～8か月)
	毎週火曜日 7日・14日・21日・28日	毎週水曜日 1日・8日・15日・22日・29日	毎週木曜日 2日・9日・16日・23日・30日

パパのためのひろば 第2、第4土曜日10時30分～(10時20分受付開始。受付前には入室できません。)

★お子さんと一緒に音楽に合わせてふれあい遊びを楽しみませんか。

★対象6組となりますが、人数を超えた場合は定員内であればプレイルームをご利用できます。



子育て講座のご案内

講座名	開催日時	場所	講師	定員	受付期間
親子で バランスボール	6月28日(火) 第1部(独歩可)10時～10時45分 第2部(未歩行)11時～11時45分	総合子育て 支援センター	松井 裕子 氏	乳幼児親子 各7組 (抽選)	5月10日(火)から 6月10日(金)まで
パパママ講座	7月9日(土) 10時～11時30分	総合子育て 支援センター	多様性社会 推進課職員	乳幼児親子 15組 (抽選)	5月20日(金)から 6月21日(火)まで
人形劇	7月26日(火) 第1部(独歩可)10時～10時45分 第2部(未歩行)11時～11時45分	総合子育て 支援センター	人形劇団 「こんにちは」	乳幼児親子 各15組 (抽選)	6月8日(水)から 7月8日(金)まで
歯の健康	7月29日(金) 10時～11時	西部地域 交流センター やはぎかん	保健部(保健所) 健康増進課 歯科衛生士	乳幼児親子 15組 (抽選)	6月10日(金)から 7月12日(火)まで

講座は、電話(26-0706)、総合子育て支援センター受付、もしくはインターネット(電子申請総合窓口)のいずれかの方法で、期間内(最終日17時15分まで)にお申し込みください。先着順ではありません。申し込み多数の場合は抽選となります。参加対象は岡崎市在住の未就園の親子です。各地域交流センターの事務所で受付や問い合わせはできません。

お休みのお知らせ

《プレイルーム・よちよちルーム》

13日(月) 12時～16時 支援センター行事のため

17日(金) 9時30分～13時 城北保育園行事のため

28日(火) 9時30分～13時 支援センター行事のため

●日曜日・祝日は通常のお休みです。

※よちよちルームは上記以外にも都合によりお休みになる場合がありますが、プレイルームをご利用できます。

※やむを得ず、予定が変更になることがあります。



地区子育て支援センターから お休みのお知らせ



六ツ美中保育園 17日(金) 園行事のため

豊富保育園 8日(水)、17日(金) 園行事のため



この情報紙「すくすく」は、岡崎市のホームページからも
ご覧いただくことができます。

すくすく

検索

受付時間:8時30分から17時15分まで

お問合せ:総合子育て支援センター ☎26-0706