



のびのびひろば

墨俣地域子育て支援センター
墨俣地域子育て相談機関
大垣市墨俣町上宿 483-1
Tel 0584-62-5153

※ 月～金曜日の9時半～
14時半まで開設しています。

だんだんと暑くなり、水遊びも楽しくなってきました。毎日の食事や睡眠などリズムを整えていけるといいですね。

【1年間の活動内容】

ちびっこタイム(10時～11時半の間で行います。)

季節の制作・遊び…こいのぼり、七夕、クリスマス、お雛さま飾り作り、小麦粉粘土、手型アート等
発育測定…毎月、身長や体重の測定ができます。第4木曜日には保健師さんに相談ができます。
親子スマイル遊び…毎月1回の墨俣児童館との合同企画として親子で楽しいふれあい遊びをします。
出張おひさでだっこ…2か月に1回、図書館の職員の方がみえて読み聞かせをしていただきます。

子育て講座

外部からの講師さんに来ていただき、ベビーマッサージ、バランスボール、リトミック、音楽遊び、英語遊び、運動遊び講座など色々なことを教えていただきます。(※参加される方は、事前申し込みが必要です。)

お誕生会デー(10時半～始めます。)

その月に生まれたお子さんの誕生会をします。来所時に受付していただき、誕生カードに身長、体重の記入をして手型を押してください。準備の為、誕生児の方は少し早めに来てください。

絵本の読み聞かせ

- ① おはなしなあに(毎週月曜日 11時頃～始めます。)
- ② おはなしはじまるよ(隔月1回 10時半頃～始めます。)

① 支援センター職員 ② 地域ボランティアさん



7月の予定

※ 妊婦さんや就学前までのお子さんの相談機関でもあります。

月	火	水	木	金
【水遊びできます】 ※詳しくは掲示にて	30 ちびっこタイム 七夕飾り	1 画用紙などで織り姫や彦星などの飾りを作ります。	2	3
6 お誕生会デー おはなしなあに	7 ちびっこタイム うちわ作り	8	9	10
13 おはなしなあに	14 子育て講座 『ベビーマッサージ』	15 おはなし はじまるよ 10時半～	16 ちびっこタイム 親子スマイル遊び (児童館にて)	17
20 海の日	21 ちびっこタイム 発育測定	22	23 保健師相談日 10時～11時	24
27 お誕生会デー おはなしなあに	28 ちびっこタイム 色水遊び	29	30	31

今月の活動なあに

※7日～9日(火～木)…**うちわ作り** 絵本『だるまさんが』をモチーフにデザインをして可愛いうちわを作ります。

※14日(火)…**子育て講座『ベビーマッサージ』** 10時から講師の先生とマッサージをしながら赤ちゃんとのスキンシップを楽しみます。【持ち物】：バスタオル、水分補給できるもの、ベビーオイル(家で使っているものがあればご持参ください) ※定員がありますので前もってご連絡ください。

※15日(水)…**おはなしはじまるよ** 地域ボランティアの方がみえて絵本の読み聞かせをしていただきます。

※16日(木)…**親子スマイル遊び** 10時から児童館と合同で親子の楽しいふれ合い遊びをします。

※21日～23日(火～木)…**発育測定** 希望される方は発育測定を行いますので声をかけてください。

★ 23日(木)は10時から11時まで保健師さんが来てくださるので何かあればご相談ください。

※28日～30日(火～木)…**色水遊び** 食紅で色を付けた水を使った遊びを楽しみます。



※ 11時～12時の間、指定場所で戸外遊びができます。

8月の予定

4日～6日（火～木）しゃぼん玉遊び

20日（木）親子スマイル遊び（児童館）

※ 変更する
場合もあり
ます。

25日～27日（火～木）発育測定

27日（木）保健師相談日

28日（金）出張おひざでだっこ

歯科衛生士相談(5/28)

…年に1回、お話と相談
が受けられます。



小麦粉粘土遊び

…小麦粉の感触
を感じながら
色々な形を作っ
たり、何かに見立
てたりして遊び
を楽しみました。



手型アート…あじさい型の画用紙に透明な小
さい色紙を貼って花を作り、手型で葉っぱを作
りました。周りにはぽんぽんで雨をデザインして
かえるやてるてる坊主を貼って飾りました。



運動遊び講座…発達に
大切な動き方を親子で楽
しみながら学びました。



**おはなし
はじまるよ…**
隔月に1回、地
域ボランティ
アさんの読み
聞かせです。



誕生会



熱中症から子どもを守ろう！

一墨俣保健センターからのお知らせ

熱中症は、真夏の炎天下での運動によっておこるイメージですが、梅雨の時季や室内、夜間でもおこります。特に、体温調節機能が未熟な乳幼児は、大人よりも熱中症にかかりやすいので、より一層の予防対策が必要です。

熱中症を防ぐポイント

○熱や日ざしから守りましょう

熱のこもらない素材や薄い色の衣服を選んだり、帽子などを身につけたりしましょう。



○適切な飲水を教えましょう

多量の発汗を伴う活動を行うときや、自分で飲水するのに慣れるまでは、水分補給タイムをこまめにもうけて飲水を促しましょう。

○地面の熱に気をつけましょう

背が低く、ベビーカーの利用などで子どもたちは大人よりも地面に近い環境で過ごすことが多く、地表からの熱を受けやすくなります。子どもの高さの気温や湿度を気かけましょう。

○規則正しい食生活をしましょう

身体に入ってくる水分は飲料水からとる水分だけでなく、食べ物の水分と、食べ物が代謝されることで生まれる水分もあります。きちんと食事をとることが熱中症予防につながります。特に野菜や果物などは水分が多く含まれているため熱中症予防に適しています。



○顔色や汗のかき方を十分に観察しましょう

顔が赤く、ひどく汗をかいている場合は、体温がかなり上昇していると考えられます。涼しい環境で十分休息をさせましょう。

