



2023年 夏号(7月~9月) V01.42
 発行 つくしの広場「つくしのこ」
 住所 筑紫野市二日市中央5-10-1
 クラシオン二日市1階
 TEL092-408-7776





日ごとに暑さが増し、熱中症が心配な季節になりました。遊びの合間に木陰に行って休憩や水分補給を行い、こまめに汗を拭くなど健康面に充分に気をつけて過ごしましょう。

つくしのこ子育てサロン (予約なし・駐車場利用の場合のみ電話予約)



子育てサロン時間帯 ※受付時間内にお越しください	① 9:30~11:30 (サロン受付 9:30~10:00) ② 13:15~14:30 (サロン受付 13:15~13:30) ③ 14:45~16:00 (サロン受付 14:45~15:00)
子育てサロン利用回数	一日一回
駐車場予約方法 電話 092-408-7776 	【申し込み時間】9:00~16:00 【市内在住】前日・当日電話予約 【市外在住】当日電話予約 ※本人による申し込み・先着順(4台) ※専用駐車場(ケガ人、妊婦等用)を利用したい場合は、予約の際にお知らせください。 ※台数に限りがあります。予約後、駐車場の利用をされない場合はご連絡ください。

☆☆-----☆☆
 ☆☆ お願い ☆☆

 サロン中は安全性を考え、玄関の鍵を施錠します。受付時間内の来所にご協力ください。


持ってくるもの
 子どもの名札(初回はつくしのこで準備します)・お茶・バスタオル(乳児)

※個別育児相談の時間(要予約)は終了いたしました。(今後もサロンの時間に育児相談はできます。お気軽にご相談ください)



夏の外遊び! 暑さ対策してますか?

暑くても少しずつ外の空気にふれ、夏の暑さに体を慣らすことは子どもの健康にも大切なことです。また外で体を動かすことはストレス発散にもなります。以下のことに気をつけて遊びましょう。

- たっぴりの睡眠と体に必要なエネルギーを食事によって体調を整えておく。
- 朝、夕方の涼しい時間帯を選び(10時~15時は避ける)20~30分程度にする。
- 木陰・日よけを活用して直射日光を浴びる時間を軽減する。
- 帽子をかぶる。(首の後ろが暑くなると体温が上がりやすくなるのでつばが広いものや、フラップのついたものを選ぶ)
- 衣服は汗をよく吸う綿素材で、風通しのよいものにする。
- 水分補給をこまめにする。
- 子どもの体調の変化を見逃さないようにする(顔が赤い、体が熱い、大量の汗など)
- 汗をタオルで拭く。またはシャワーで流して肌を清潔にする。

※猛暑日(気温35度以上)の時、子どもの様子をみて「今日はお疲れ気味」と感じる時は外遊びを控えましょう!



暑さ対策しながら夏ならではの水遊び・プール・キャンプ・夏祭り・花火などのイベントも楽しみたいですね

お知らせ

- 9/29(金)は大掃除のため「つくしのこ」は休館です。
- 災害時や警報発令時(大雨・洪水・暴風・大雪・感染拡大防止の為等)はお休みになる場合があります。
- 状況により内容が変更になる場合があります。利用の際は、市のホームページや「つくしのこ」までお問合せください。

サロン中に催しも行っています（予約なし）

催し名・時間・対象	開催日	内容
【赤ちゃんのつどい①】 13時15分～14時30分 2～6カ月の子どもとその保護者	第1水曜日 7/5、8/2、9/6	子育てのテーマについて各自用紙に記入をしてホールに掲示します。お互いの情報を見ながら話しをしたり、月齢の近いお友だちと自由に遊んだりします。※対象以外でもサロンとして遊ぶことができます。
【おりがみの日】 10時～10時30分 0歳～就学前の親子 	第2水曜日 7/12、8/9、9/13	おりがみで簡単な作品を保育士と一緒に作ってみませんか。ホール内におりがみコーナーを設置します。
【赤ちゃんのつどい②】 13時15分～14時30分 7～11カ月の子どもとその保護者	第3水曜日 7/19、8/16、9/20	子育てのテーマについて各自用紙に記入をしてホールに掲示します。お互いの情報を見ながら話しをしたり、月齢の近いお友だちと自由に遊んだりします。※対象以外でもサロンとして遊ぶことができます。
【子育てワンポイント】 10時～10時15分 0歳～就学前の親子 	第4水曜日 7/26、8/23、9/27	子育てに役に立つ情報を提供します。 7月のテーマ「身近な素材を使って遊ぼう」 8月のテーマ「衣服の着せ方・言葉かけ」 9月のテーマ「指先あそびの大切さ」 

ミニ 催し報告！

その1 あかちゃんのつどい②
5月のテーマ「離乳食について」



お友達といっぱい
あそんだよー

（自由遊びの様子↑）

離乳食を炊飯器で作っているという話に参加した他の保護者は興味津々。作り方を聞いて「簡単でいい、やってみよう」と早速取り入れてみる様子でしたよ。

その2 子育てワンポイント
5月のテーマ「生活リズム」



毎日の生活リズムが
整うと子育てもやり
やすくなりますよ。

子どもを遊ばせながら気軽に話しを聞けます。メモをとり、たくさんの質問をしている保護者の姿も見られました。

つくしのこ布玩具・手作り変身グッズ紹介
布ならではの柔らかい手触り、感触を感じながら親子で楽しんでみませんか？



お友達と一緒にふわふわスカート

帽子をかぶって
運転手さんに変身！



ミトン・エプロンを
つけて料理をしましょう

釣り堀あります！何が釣れるかな？

ミニミニ おたのしみ！



午前サロンでは季節の歌で手遊びをしています。季節の歌は1カ月間同じ歌なので、回数を重ねていくうちに子ども達は身ぶり手ぶり真似をしながら覚え、楽しんでいる姿があります。保護者からも、「家でも私が歌うと手遊びをします」や「所々できるようになりました！」など喜びの声が聞かれます。午前サロンへ遊びに来てみませんか。

※午後サロンは読み聞かせをしています。

編集後記 夏の食べ物と言えばそうめん。幼い頃は母がだしの効いたつゆを作ってくれていました。美味しかった記憶が残っています。今では2～3倍に薄めればOKというつゆに頼り切っていますが、久しぶりに手作りしました。母と同じ味ではなかったけど、手間をかけた分一味違う仕上がりになりました。塩分の取り過ぎも気になるので今年は手作りつゆでいこうと思います。