



朝夕はだんだん涼しくなってきましたが、日中は厳しい暑さがまだまだ続きそうです。季節の変わり目は体調を崩しやすいものです。睡眠、食事を十分にとり、体力と免疫力の向上を図りましょう。

今月もゆうゆうで元気いっぱい遊ぼうね！！



ゆうゆう広場

- ・乳幼児相談（場所：学童室）
14日（月）午前10時～11時
保健師・栄養士が対応します。
- ・ママカフェ（場所：学童室）
14日（月）午前10時～11時
飲み物を飲みながらお話をしましょう。
1人100円で利用できます。
- ・おべんとうバスであそぼう！
7日（月）～11日（金）
この期間にあそべます。
- ・わくわくタイムと読み聞かせの日
17日（木）午前10時30分～



乳幼児学級

- ・3日（木）午前10時～
『歯みがき教室』
場所 子育て支援センター 学童室
受付 午前9時50分～
- ・24日（木）午前10時～
『バランスボール』
場所 ファミリーセンター 大研修室
※ボールレンタル代 100円
※先着15組です。
受付表はゆうゆう広場にあります。
お電話での連絡も可能です。

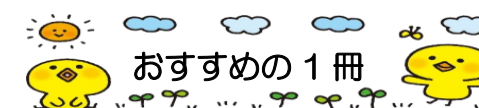


月	火	水	木	金
	1	2	3 乳幼児学級 歯みがき教室 (学童室)	4
7 おべんとうバスで あそぼう！	8	9	10	11
14 乳幼児相談 ママカフェ 10時～11時	15	16	17 わくわくタイム 運動会ごっこ 10時～	18
21 敬老の日	22 国民の休日	23 秋分の日	24 乳幼児学級 バランスボール (FC 大研修室)	25
28	29	30		

13日(日)に支援センターのワックス清掃があります。
準備のため、
11日(金)：16時閉所 14日(月)：10時00分開所
とさせていただきます。
ご理解のほどよろしくお願いいたします。

＜わくわくタイムについて＞

17日(木)のわくわくタイムは、「読み聞かせ」と「運動会ごっこ」を行います。親子でふれあいあそびや、リズムあそびをします！
動きやすい服装できてくださいね。
水分補給ができるように、各自で飲み物を持参してください



「おべんとうバスの
ころころりん」
おべんとうバスの最新作！
おなじみのキャラクターが
バスに乗ってころころ山へ
おでかけします。山の頂上から
順番にころころりん。「ころころりん」の切り返しがつ
せになる絵本です。

ゆうゆう子育て支援室
利用者受付

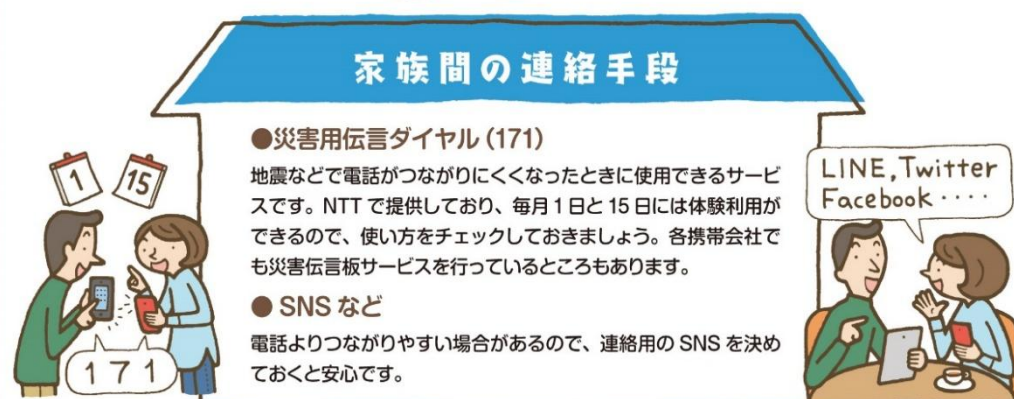


裏面は「けんこうだより」
です。ぜひご覧ください。



頻繁に起こる地震や台風。世界中で心配なニュースが聞かれます。
「想定外」が起こることを想定して準備しておくことも必要になります。
9月1日は防災の日。ご家庭でも非常時に備えて、家族間の連携方法や
非常袋の確保などしておくといいですね。

もしものときの連絡手段を確認しておきましょう



遠方の親せきや友人
を介した連絡手段

災害時、その地域内にいる家族同士で連絡がとれなくても、遠隔地とならつ
ながら場合があります。遠くに住む親せきや友人の連絡先を家族で共有して、
相手には非常時にメッセージを託せるよう、お願いしておくで安心です。

『9月9日は救急の日』

ご家庭に救急箱の用意はありますか？いざというときにすぐに取り
出せるよう、必要なものをそろえて
おくと安心です。時々中身をチェッ
クして、期限の切れた薬品の入れ替
えやよく使うものの補充をしてお
きましょう。

救急用品の点検を

- | | |
|--------------------------------------|---------------------------------|
| ☐ 滅菌ガーゼ | ☐ 熱さまシート |
| ☐ 絆創膏 | ☐ 体温計 |
| ☐ ピンセット | ☐ 綿棒 |
| ☐ ポリ袋 | ☐ とげぬき |
| ☐ 三角巾 | ☐ 脱脂綿 |
| ☐ 消毒薬、外傷用薬品など | |



備えて安心

非常持ち出し袋をチェック！

災害に備えて非常持ち出し袋を買って、そのままになっていませんか？
市販のものは大人用のものなので、お子さんの年齢に合わせて必要なものを補充しておきましょう。
まずは、1泊2日の旅行の用意をするつもりで考えると、そろえやすいかもしれません。

チェック1

子ども用の持ち出し用品を
準備しておこう

乳幼児用の非常持ち出し袋に 入れておきたいもの

- おむつ** おむつを卒業していても、慣れない環境で
おむつが必要になる場合も。
- おしりふき**
液体ミルクやレトルトの離乳食・哺乳瓶
数日分あればベスト。
- 着替え** 少し大きめのものをに入れておき、定期的
に入れ替えるとムダになりません。
- おもちゃ** 緊張を和らげてくれます。
- ミネラルウォーター** 500mlを2～3本。

おむつやおしりふき、授乳用のケープなどをまとめた
「外出用のバッグ」を常時置いておけば、非常時にその
まま使える持ち出し袋になります。



チェック2

持ってみよう

災害時にはベビーカーは使えない場合がほとんど。避
難するときは赤ちゃんを抱っこひもで、小さな子ども
は手をつないで連れていくことになるので、その状態
で非常持ち出し袋を持ってみましょう。安心のために
あれこれ入れても、重くて持てなくては意味がありま
せん。無理なく移動できるよう調整しましょう。

チェック3

実際に使ってみよう

非常時に備えて液体ミルクやレトルトの離乳食などを
準備していても、食べたことがないと、いざという
ときに子どもが食べてくれないことがあります。普段か
ら食べさせ、味に慣れておくと安心です。
備蓄品にも、賞味期限があります。大人用の備蓄品も
チェックして、期限に近づいたものは食べてしましょ
う。好みの味や使いやすいものが見つければベストです。