



子育て支援センター

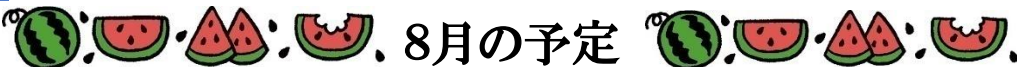
# なかよしるーむだより

令和6年 8月号

朝から蝉の元気な鳴き声、毎日暑い日が続く夏真っ盛りです！暑さに負けず楽しく過ごしましょう。

7月の育児講座では、数種類のアロマを使用し防腐剤がはいっていない体に優しい「虫よけスプレー作り」や「こどもの言葉を育てる」と題してお子さんと一緒に手遊びを交えながら、楽しく学ぶことができました。

なかよしるーむでは、夏の遊び場として広く涼しいお部屋と簡易プールで休憩を取りながら、お家の人やお友達と一緒に楽しい時間を過ごしたいと考えております。ぜひ、遊びにいらして下さい。



日	月	火	水	木	金	土
				1 自由遊び	2	3
	5 自由遊び	6	7 育児講座	8 自由遊び	9	10
11	12	13 自由遊び	14	15	16	17
18	19 自由遊び	20	21	22	23	24
25	26 自由遊び	27	28	29	30 育児講座	31

## 利用内容

<開館日> 月～金曜日(祝日を除く)

<利用時間> AM 9:00～12:00  
PM 13:00～15:00

<対象者> 就学前のお子さんご家族

<持ち物> 内ズック・(親子共)・着替え(オムツ)・水筒・ハンカチ・ティッシュ

<利用料> 登録制(無料です)ご利用の際、受付登録ください。また、行事の時は予約して頂きます。(有料の場合もあります)

## 遊びに来てくれたおともだち



お問い合わせ  
米沢市窪田町窪田424  
☎0238(37)5272  
子育て支援センターなかよしるーむ  
(旧窪田児童センター内)



虫よけスプレー作り

「育児講座」

こどものことばを  
育てよう!

気軽にできる暑さ対策!



- 《着衣》 ・汗を吸収しやすく、風通しの良い服装!  
 \* 紫外線を通しにくい色・・・黒→ネイビー→ダークグレー→黄→青→緑→白  
 ・汗をかいたら、こまめにお着替え(汗疹や肌荒れ防止)
- 《お出かけ》・保冷剤にガーゼを巻いて、背中や首の後ろを冷やす  
 ・小型扇風機やネッククーラーの活用!  
 ・帽子・日傘の活用
- 《食事》 ・汗をかいたら、塩分&水分を一緒に摂取! 小さい年齢のお子さんは食事から塩分を取りましょう!  
 ・夏野菜は体を冷やします!  
 ・食欲がないときは、おやつを捕食に替えて小分けで摂取しましょう。



**8月育児講座のお知らせ**  
 (育児講座は10時30分～とさせていただきます)

**7日(水)「なかよしおたのしみ会」**  
 なかよし一む担当職員によるパネルシアターや手遊びリズム遊び等。  
 申し込み〆切:8月5日(月)

**30日(金)「赤ちゃん体操」**  
 講師:みつば治療院院長 伊藤利春氏  
 申し込み〆切:8月23日(金)  
 各講座共10組限定とさせていただきます。

**9月育児講座のお知らせ**

**11日(水)「3B体操」**  
 講師:3B体操指導士 佐藤朋子氏  
 申し込み〆切:9月6日(金)

**25日(水)「手作りスワッグに挑戦」**  
 講師:フラワーハウスチモシー 本間優子氏  
 参加費:500円(材料費)  
 申込み〆切:9月20日(金)  
 ※ご参加お待ちしております(10組限定とさせていただきます)