

すこやか通信 8月 第185号

子育て支援センター ぽけっとランド

高知市機部860-1 ☎828-4781

今年は例年になく早い梅雨明けでしたが、今、梅雨!?とも思えるような湿度の高い日が続いています。家の中にいても熱中症になる方も多いと言われています。室内、戸外どこにいてもこまめに水分を補給するようにしましょう。お盆休みでの帰省や外出する機会が多くなると思います。コロナ対策をはじめ、大人も子どもも十分な睡眠やバランスのよい食事などを心がけ元気に夏を乗り切っていきましょう。

【8月の育児講座】

① よちよちランド

*日時…8月19日(金)

*場所…ぽけっとランド ままごととコナー

*対象…満2ヵ月～1歳2ヵ月の児とその保護者

*参加を希望される方は、絵本引き換え用紙に記載されているコールセンターにお電話にて申込下さい。

当日は、親子ふれあい遊びや絵本の読み聞かせ、情報提供、参加者同士の交流(情報交換等)を行います。センターを利用されている方以外で、お知り合いの方で該当するお子さんをお持ちの方へのお声かけをお願いします。



9月の行事予定

- 育児講座～歯の健康 1日(木)
- 育児講座～手作り遊具 15日・22日(各木曜日)
- リズム遊び 7・14・21日(各水曜日)
- 絵本の読み聞かせ 9・16日((各金曜日) ○2時閉所 1・15日(各木曜日)
- 誕生会 29日(木)

【お願い】

センターをご利用の際は、名札&手拭タオルを持参下さいますようお願いいたします。



月	火	水	木	金	土
1 お休み	2	3 リズム遊び	4 2時閉所	5	6
8 お休み	9	10 リズム遊び	11 お休み 山の日	12 絵本の 読み聞かせ	13
15 お休み	16	17 リズム遊び	18 2時閉所	19 よちよちランド	20
22 お休み	23	24	25 誕生会	26 絵本の 読み聞かせ	27
29 お休み	30	31			

育児情報(*~*)

▽皮膚のケ

子どもは新陳代謝が活発で、たくさん汗をかきます。放っておくと皮膚(ひふ)のトラブルにもつながるので、体を清潔にして快適な毎日を送れるようにしましょう。下疳の他に濡れタオルで優しく拭き取ることも効果的です。



汗をかいたら、こまめにシャワーを浴びましょう。

お風呂上がりには、バスタオルでしっかりと体を拭きましよう。あせもができている時は、上から優しく押さえて水気を取ります。



乳児には、お風呂上がりの清潔な状態で、保湿クリームをつけましよう。

虫除け対策

子どもは皮膚の抵抗力が弱いので、虫刺されが原因で、とびひなどの皮膚病になってしまいがちです。網戸に虫除けスプレーをしたり、虫の嫌う香りのローズマリーの鉢を置いたり、虫除けパッチやリストバンドを身に付けておけるなど、ご家庭でも簡単にできる虫除け対策を行いましょう。また、外出時や登園前に虫除け(スプレータイプやウェットタイプ、シチュタイプなど)を行うのも効果的です。

