

# おひさまだよ



NO. 125

令和5年7月1日

TEL 0438-30-7320



7月は暑さが本格化し、大量に汗をかき体力を消耗しやすくなります。屋内と屋外との温度差や、冷房の効きすぎで体調を崩すことのないよう「こまめな水分補給」や「体を冷やしすぎないこと」など、体調管理に気を付けて夏を元気に過ごしましょう。

## こんげつのであそび ♪ なっとう



なっとうなっとう



ね〜ばねば X2



こつぶ  
なっとう



おおつぶ  
なっとう



おかめ  
なっとう



みと  
なっとう



な〜っ、とう!!

### 知っていますか？ 短冊の色の意味

7月7日は「七夕」です。おひさまひろばでも、七夕飾りを作り笹に願います。短冊には色によって意味があるそうです。

- ・紫：学業の向上心
- ・青：人間力を高める
- ・赤：感謝の気持ち
- ・黄：信頼
- ・白：規則を守る



皆さんはどんな願い事を書きますか？

### 7月の工作広場

#### 『コロコロボトル』

おひさまひろば夏の風物詩「コロコロボトル」色水の中にキラキラ光るテープを散りばめた涼し気なおもちゃです。転がしたり、おひさまに照らされて床に映る様子を見たりと、人気です。

もし、お家に500mlのペットボトル（四角いボトルは転がらない為✕）がありましたら、工作広場に参加する際、1本お持ちください。500mlでなくとも、小さなボトル（R-1など）でも作ることができます。こちらでも用意はしていますので、参加するために購入はしなくて大丈夫です。



### 子どもの病気 夏ならではの感染症3つのサイン



- ①高い熱が出る  
ヘルパンギーナは、39℃程度の高い熱が出るのが特徴です。夏は、暑さで顔がほてりやすいため、熱で顔が赤らむのを見落とすおそれも。こまめに子どもにふれて、体温を確かめるなどの健康チェックを心がけましょう。
- ②食欲がない、水分を取らない  
のどや口の中が痛むのは感染症のサインであることがしばしば。食べたり飲んだりすると痛みがでるため、子どもが食事や水分補給を嫌がるようになります。脱水の恐れがあるため、早めに受診しましょう。
- ③皮膚に症状が出る  
皮膚に症状が出るものには「手足口病」「あせも」「とびひ」などがあります。手足口病は症状のない時期にもうつりますし、とびひは体の他の部位に広がりやすい病気。気づいたら早めに受診しましょう。

7月14日(金)は  
木更津市子育て支援センターまつり  
「ぼんぼこベビーフェス」です。

おひさまひろばの午後のメニュー  
「にこにこベビー」は通常通り行いますので、11か月までの赤ちゃんとお母様は遊びに来てください。





## おひさまひろば(オープンスペース)

おひさまひろば開放時間

平日 《午前の部》 8:30~12:00

《午後の部》 13:30~15:30

土曜日 8:30~12:00

※予約は必要ありません



# おひさまひろば予定表



<7月の予定表> ◇駐車場に限りがあります。なるべく徒歩などでお越しください。

月	火	水	木	金	土
					1
＊園庭開放については、各保育園のホームページを確認してください。					
3	4 ぞうさんクラブ	5	6 体を動かそう	7 にこにこベビー	8 ここの子クラブ 「はじめての パパママ教室」
10	11 ぞうさんクラブ	12 おもちゃ病院	13	14 にこにこベビー	15
17 休館 【海の日】	18	19 おはなし会	20 ここの子クラブ 「はじめての パパママ教室」	21 にこにこベビー	22
24 工作広場	25	26	27	28 にこにこベビー	29
31					

## おもちゃ病院(12日)



【時間】9:00~15:00

壊れたり、動かなくなったおもちゃを無料で修理します。交換部品のある場合は、実費負担をお願いいたします。お預かりして修理し修理完了後引き渡しとなります。

※おもちゃ預かり期間として、10日(月)~12日(水)を設けていますので、直接持ってきてください。(実施:NPO法人ナルクかずさ)

## おはなし会(19日)

【時間】10:30~

市立図書館より、おはなし会が来ます!!  
絵本の読み聞かせなど、色々なおはなしが聞けますのでお楽しみに★



## 工作広場(24~28日)

今月は「コロコロボトル」を作ります。  
期間内、いつでも作れますので気軽に参加ください。  
空のペットボトル(四角いペットボトルは転がらないため✕)を1本持ってきて頂けると助かります。



## ぞうさんクラブ(4.11日)

【時間】10:00~11:30

【場所】八崎公園(請西3丁目2)



親子で外遊びを楽しみませんか?  
ぞうさんクラブ中は、ひろばは閉館し、八崎公園での活動のみになります。  
天候不良時は、おひさまひろばを開放します。  
※実施については、当日の朝、ホームページ

## 体を動かそう(6日)

【時間】10:00~

室内でできる簡単な運動遊びをします。  
親子で楽しみましょう。



## にこにこベビー(毎週金曜午後)



毎週金曜午後は「11か月までの赤ちゃんの日」です。  
ベビーマッサージなど、その日のメニュー参加希望の方は14時までに受付を済ませて下さい。お母さん同士、おしゃべりに花を咲かせましょう。

【7月の予定】

7日 ベビーマッサージ (バスタオル1枚持参してください)

14日 わらべうた

21日 ママたちの保健室

28日 産後ダンス(抱っこ紐を持参してください)



## ★ここの子クラブ「はじめてのパパママ教室」(2日・21日) <予約制 各4組>

【日時】① 7月8日(土) 10:00~12:00 ② 20日(木) 13:30~15:30

【対象】 安定期に入った妊婦さん(妊娠28週以降の初産婦)とご主人

【持ち物】 母子手帳、水分、筆記用具、冊子「妊娠・子育て応援ブック」(母子手帳発行時に配布された冊子)

初めての妊娠で不安に思っていること、母乳の事、沐浴について…。この機会に、支援センターってどんなところ?の見学も含めて、「パパママ教室」に参加してみませんか?

※受講希望の方は、お電話にて予約承っています。<8:30~>

【予約受付開始日】① 7月6日(木)~ ② 7月18日(火)~

