



第 4 号 (第171号)

令和4年6月24日

長井市子育て支援センター

「まざ〜れ」 TEL 84-8481

《 HP携帯アドレス 》 <http://www.samidare.jp/maza-re/m/>

7月の予定



日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6 びよびよルーム	7	8	9
10	11	12	13 びよびよルーム	14 育児講座 ベビーヨガ	15 助産師相談	16 土曜日 遊びの広場 (午前のみ)
17	18 海の日	19 保健師相談	20 びよびよルーム	21	22	23
24 31	25	26	27 びよびよルーム	28	29	30

毎週水曜日は、出前広場「びよびよ」(場所:長井市民文化会館)になります。

7月の育児講座は、ベビーヨガです。



7月14日の育児講座は、ハイハイ前ぐらいのお子さんが対象の「ベビーヨガ」です。当日午前中は講座になりますので、遊びの広場は申し込みなさった方のみの利用になります。申し込みがまだで、参加希望の方は「まざ〜れ」まで。

早いものでもう7月！今年の天気は、なんだかおかしいような気がしませんか？

朝晩の暖房が必要だったと思えば、急に暑くなったり…。これでは私たち大人でさえも身体がまいてしまいます。これからは、グンと暑さも加わってきます。エアコンなどによる温度の変化など、体調を崩す原因にもなります。特にお子さんには、上着などを上手に使って体温の管理をしてあげましょう。

また、「熱中症」や「脱水症状」にならないためにも、こまめに水分を取るように心がけてください。まざ〜れにいらしたときも、お子さんだけでなくおうちの方も水分補給ができるように、飲み物をお忘れなく！！その際は、カフェインを多く含むものや糖質の多いものではなく、「水・麦茶・ノンカフェイン」のものを選んでくださいね。

今月も楽しく遊びましょう！お待ちしてま〜す。

