

地域の子育て支援通信  
**2024 7月**  
**であいふれあいめぐりあい**

もうすぐ七夕ですね。織姫と彦星も1年に1度のこの日を待ち遠しく思っていることでしょう。今年はどうな願いをしますか。お子さまの健やかな成長やご家族の健康、安全・・・などたくさんお願ひしましょうね。  
 今年も福山駅周辺で『毎土夜店』が行われています。夏の風物詩を親子で楽しんでみてはいかがでしょうか。  
 蒸し暑く不安定な天気が続いています。体調管理には気をつけていきましょう。

**社会福祉法人 昌和福祉会**

認定こども園 <b>せんにしの丘</b> 福山市御幸町中津原後平 7054-4 TEL : 084-955-5070 Mail : fureai@ho19.jp	認定こども園 <b>せんだの森</b> 福山市千田町 3-16-2 TEL : 084-955-0078 Mail : niko2@urban.ne.jp
認定こども園 <b>みゆき</b> 福山市御幸町森脇中ノ町 535 TEL : 084-955-0049 Mail : sora2@urban.ne.jp	子育てサポートステーション <b>いくたす</b> 福山市入船町 3-1-60 (ゆめタウン福山) TEL : 084-931-6606 Mail : ikutas@urban.ne.jp

ゆうゆうひろば(せんにしの丘)	にこにこひろば(せんだの森)		そらひろば(みゆき)	子育てサポートステーション <b>いくたす</b>
①七夕あそび(午前・午後)	七夕飾りをつくろう	1 月	七夕製作(1歳以上)	いくたす開館時間 ◎10:00~16:00 (1時間程度) 環境整備及び一斉消毒と換気の為 下記の時間は一旦休館します。 ●12:00~13:00 (換気・消毒)
★製作「夏の手作りおもちゃ」	自由あそび・給食体験	2 火	七夕製作(0歳)	
①②七夕あそび	電話相談日	3 水	電話相談日	
おでかけ保育(千田宝公園)		4 木	電話相談日	★は予約の講座です。 <いくたす子育て講座時間> (午前)10:00~11:00
電話相談日	電話相談日	5 金	七夕のつどい(園行事)	
園庭開放	電話相談日	6 土	七夕のつどい(園行事)	休館日
園庭開放・ホリデー保育	電話相談日	7 日	七夕のつどい(園行事)	
①てがたあそび(午前・午後)	電話相談日	8 月	電話相談日	地域子育て支援グループ「ほいくの園」 の『おでかけ保育』です。 ゆめタウン福山1階エントランスホールで 「ほいくの園」の先生たちと遊びま しょう。予約は不要です。 いくたすは開館しているよ！
★「やさいスタンプであそぼう」	水あそび	9 火	電話相談日	
①②てがたあそび	離乳食講座	10 水	ベビーとママのバランスあそび(0歳児)	
おでかけ保育(千田宝公園)		11 木	カレンダー製作(1歳以上)	
電話相談日	電話相談日	12 金	給食・離乳食体験①	
園庭開放	電話相談日	13 土	給食・離乳食体験①	休館日
園庭開放・ホリデー保育	電話相談日	14 日	給食・離乳食体験①	
園庭開放・ホリデー保育	電話相談日	15 月	給食・離乳食体験①	★誕生日会(10:00~)
★「7月生まれの誕生日会」	電話相談日	16 火	電話相談日	
①②水あそび	電話相談日	17 水	カレンダー製作(0歳)	テマ「ほめて“楽”に子育て」 対象：1. 2歳児とママ わが子をいっぱいほめてあげたい！ど のようにほめたらいいのかな・・・と悩ん だりママ。同じように悩むママ同士 話をしてみませんか。
ほいくの園おでかけ保育(9:30~12:00)	おでかけ保育(千田宝公園)	18 木	電話相談日	
電話相談日/おもちゃサロン(交)	電話相談日	19 金	電話相談日	休館日
園庭開放	電話相談日	20 土	電話相談日	
園庭開放・ホリデー保育	電話相談日	21 日	電話相談日	★ママのおはなしタイム(10:00~)
①水風船であそぼう(午前・午後)	電話相談日	22 月	電話相談日	
★おひざにだっこでおはなししよう/午後:フジグラン	電話相談日	23 火	電話相談日	★ママのおはなしタイム(10:00~)
①水風船であそぼう	電話相談日	24 水	電話相談日	
おでかけ保育(千田宝公園)		25 木	電話相談日	休館日
②水風船であそぼう	電話相談日	26 金	電話相談日	
園庭開放	電話相談日	27 土	電話相談日	休館日
園庭開放・ホリデー保育	電話相談日	28 日	電話相談日	
①しゃぼん玉あそび(午前・午後)	電話相談日	29 月	電話相談日	休館日
あいあいさーくる(午前)	電話相談日	30 火	電話相談日	
①しゃぼん玉あそび	電話相談日	31 水	電話相談日	

〈ゆうゆうひろば〉せんにしの丘  
 ●毎週月~金曜 9:00~16:00  
 ◎0歳①1歳②2歳以上のさーくるです  
 ●各さーくるでは、お子様と自由に遊ぶな  
 かで、ご相談に応じています  
 ●ひろば参加には予約が必要で  
 1週間前から電話やメールで受け付けま  
 す(受付時間：9:00~16:00)  
 ●木曜日は地域の公園へかけています  
 ●日祝日は、ホリデー保育をしています

〈にこにこひろば〉せんだの森  
 ●毎週月~金曜 9:00~14:00  
 ●毎回8~10組の予約制です  
 ●参加予約は1週間前からメールで  
 受け付けます  
 (受付時間：9:00~13:00)  
 ①登録番号 ②参加日時  
 ③子どもの名前 ④電話番号  
 ●お気軽にご相談ください  
 e-mail : niko2@urban.ne.jp

〈そらひろば〉みゆき  
 ●毎週月~金曜 9:00~14:00  
 ●毎回8~10組の予約制です  
 ●参加予約は1週間前からメールで  
 受け付けます  
 (受付時間：9:00~13:00)  
 ①登録番号 ②参加日時  
 ③子どもの名前 ④電話番号  
 ●お気軽にご相談ください  
 e-mail : sora2@urban.ne.jp

〈いくたす〉ゆめタウン2階  
 ●毎週日~土曜 10:00~16:00  
 (土日は隔週開館、祝日は開館します)  
 ●★は予約が必要な講座です  
 それ以外の時間は自由遊びです  
 ●講座予約は1週間前から、電話でのみ  
 受け付けます  
 (受付時間：9:30~16:00)  
 ●一時預かり保育をしています  
 前日までのご予約が必要です

# <子育て最前線>



## 夏の感染症について

子どもの「夏風邪」と呼ばれるものには、ヘルパンギーナ・手足口病・咽頭結膜熱・流行性角結膜炎の主に4つがあります。今回は、多くの子どもたちが感染するヘルパンギーナ・手足口病についての特徴や気をつけることをお知らせします。

### ヘルパンギーナ

- ・突然の発熱（1～3日位つづく）・のどの強い痛み
- ・飲食をうけつけず、脱水になることもある

### 手足口病

- ・発熱、口の中、手のひら、足の裏や甲に水疱性の発疹、皮がむけたり爪がはがれたりする
- ・口内炎の痛みから飲食をうけつけにくい



**★どちらも、口内炎ができやすく解熱して治るまでに数日かかることが多いです。口内炎がひどい時には、柔らかくのご飯のよい食べ物にしましょう。おかゆ・うどん・ゼリーなど、塩分を少なくしたり、だしをきかせて水分を多めにしたりするのがおすすめです。**

## <にこにこひろばでのひとコマ>

【カレンダーをつくらう】の一場面…

丸シールを傘の画用紙にはろうとするAちゃん「ん～・・・」

台紙からはがしたシールが指にくっつき指を動かし いろいろ試行錯誤・・・

自分で貼りたい気持ちは伝わりますその姿をお母さんも職員もしばらく見守っていると・・・

粘着面に気づき ペタッ!!! 「できた！」

満面の笑みでした

ほんわか  
つぶやき



## ひろばのひとコマ

みんなの思いのこめられた短冊は、7月7日の朝にスタッフがけむりにのせて、お空へ届ける予定です。詳細は『いくたすブログ』でご確認くださいね。みんなの願い、天までとどけ！

## 子育てサポートステーション いくたす

もうすぐ七夕ですね。いくたすでも、お部屋に入ってきた場所には笹を飾っています。短冊にはわが子の願いや家族みんなの願い、思いがいっぱいこめられていました。

ご希望の方は、短冊を書きいらしてくださいね。



## 「あついあつい」 垂石 真子 さく

(福音館書店)

あつい日差しの中、ぺんぎんが涼しい場所を探しています。やっとみつけた日陰でひとやすみ。ところがそれはアザラシの影でした。

2匹は涼しい場所を探している途中で、いろいろな仲間に出会います。

汗をかいたり涼んだりをくり返す動物たちの表情にも注目です。暑さや涼しさの爽快感が伝わってくる1冊です。

(対象：2歳頃～)

## なになに なぁに??

子育てってわからないことがいっぱい！子どもについてのいろいろをひもといていくコーナーです。取り上げてほしい内容があったら、ご意見をお寄せください。

## あかちゃんは便秘になりやすい

離乳食が始まると、便秘気味だという話をよく聞きます。腸などの消化器が未発達で、便をだすための力も弱いので便秘をおこしやすいのです。でも、赤ちゃんの苦しむ姿を見るのはつらいですね。

赤ちゃんはどのように体が変化するのでしょうか。

**<1～4ヶ月>**  
・気張ることが難しい  
**<5～8ヶ月>**  
・離乳食が始まり体重も増えてくる 食事量が増える  
と母乳やミルクの量が減り水分不足気味になる

**<9ヶ月以降>**  
・食べる量、水分、野菜不足が主な原因になりやすい

★おなかを時計回りにさする  
といいよ  
★主食を少し増やしてみよう

**<幼児>**  
・偏食や小食が原因になることがあります  
・ストレスで便秘になることも・・・



★しっかり歩き、体を動かして遊ぼう  
★長く出ない時が続くと便秘の原因になりやすい  
3～4日でなければ受診や市販の浣腸を検討しましょう  
★足置き台を置いて足を安定させると、いきみやすいようです

## <このような様子がみられませんか？>

- | (乳児)   | (幼児)   |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・お腹がパンパンになっている</li> <li>・排便が週3回より少ない</li> <li>・排便時に苦しむ</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・機嫌が悪く、元気がない</li> <li>・食欲がない</li> <li>・おならが増え臭いも強い</li> <li>・粘度の強いうんちがでる</li> </ul> |

## ★離乳食期から 腸内環境を整えよう★

- 水溶性食物繊維●
- ・果物 ・海藻
  - ・納豆 等

- 不溶性食物繊維●
- ・野菜 ・豆類
  - ・きのこ・芋類 等

便を柔らかく！

腸を活性化！

◎具を食べなくても、野菜いっぱいのスープには食物繊維が溶け出て、野菜のエキスがいっぱい！スープだけでも便秘解消に効果大！！  
◎食物繊維は多ければ多いほどよいということではなく、水溶性と不溶性の2種類の食物繊維を、どちらもバランスよく取り入れることが大切だよ！

健康には安定した生活リズムが重要です。赤ちゃんの、快遊→快食→快眠が安定すれば、快便にもつながります。家族みんなでよく遊び、幸せな楽しい時間を過ごすことで、母乳やミルク、離乳食を食べて満足し、心地よく眠ることができ、自然に「いいうんち」につながるといいます。苦しそうな表情など、いつもとは違う姿が見られたときは、かかりつけ医に相談をしてみましょう。