

令和8年8月号 **すくすく**

いよいよ夏本番！今年も蒸し暑い日が続いています。気温も湿度も高いこの時期は、戸外はもちろんのこと、室内でも熱中症対策が必要です。水分補給に気をつけ、涼しい場所で休憩をとる等して暑い夏をのりきりしましょうね。

《**排泄の自立**》10カ月～1才5カ月頃・朝の起床時やお昼寝の後等まだ排泄していない時にオマルに座ってみる。

1才半頃・1時間ほどおしっこを溜められるようになってきたらオムツをパンツに変えてみる。生活の中でオマルに座る機会を増やす。

2才ごろ・排泄したいときに少しずつ教えてくれるようになるので成功したときには誉め、失敗しても叱らず自立に向けていく。

伯耆町子育て支援センター

場所 伯耆町大殿1010(パルプラスオン内)
☎0859(39)8011

開所日時 月曜日～金曜日、第2・4土曜日の午前
…… 9:00～11:30 13:30～16:00 ……

平日は毎日開いています。どなたでも自由に利用できます。時間内はいつ来てもいつ帰っても良いです。電話相談もお受けしていますのでご利用ください。行事の日の午後はいつも通りに利用していただけます。・・身近にあるものでおもちゃや吊り飾りを作る事が出来ます。時間に余裕をもってお出かけください。



* 予定した行事の変更や中止などは、ホームページでお知らせします。

*  は、健康ポイント対象日です。



月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3	4  水あそび	5  心地よい抱っことおんぶの仕方&体験会	6  マタニティー&ベビーひろば	7  親子ヨガ	8 にこにこ土曜日	9
10	11 山の日	12	13	14 休館日	15	16
17  わくわくひろば 0才	18  わくわくひろば 1才～	19	20  出張子育て支援センター(溝口)	21 離乳食講習会 託児	22 にこにこ土曜日	23
24 31	25  水あそび	26  出張カイロの日	27	28	29	30

水あそび 4日・25日(火)

* 時間 10:00～11:30 場所: パル広場
* 持ち物: 水着・タオル・着替え・オムツの人は水遊び用オムツ
《注意事項》★熱は無いかとびひや水いぼは無いかな? 機嫌は良いかな? 等体調を確かめて楽しく遊びましょう。★熱中症警報発令や都合により水遊びを中止する場合もあります。

心地よい抱っことおんぶの仕方&体験会5日(水)

* 時間 10:00～11:30 * 講師 うめつ はな氏
* 持ち物 使い慣れていない物も含めて、だっこ・おんぶ紐
☆赤ちゃん和妈妈にとって心地よい抱っこについてのお話と実践をします。是非参加してください。 申込み 4日(火)迄

マタニティー&ベビーひろば6日(木)

* 時間 10:00～11:30
* 対象 妊婦さんと4-5か月までの赤ちゃんとお保護者
☆みんなで話をしながら赤ちゃんのおもちゃを作しましょう。

親子ヨガ7日(金) * 時間 10:00～11:30

* 対象 体を動かしたいパパ・ママ (8組迄)
* 持ち物 運動出来る服装、飲み物
☆運動のできる服装でおいでください。
講師: 新田恵美子氏

にこにこ土曜日 8日(土)・22日(土)

* 時間 9:00～11:30
☆平日に支援センターに来られない方など、どうぞお出かけください。

わくわくひろば0才17日(月)1才～18日(火)

* 身体測定をしたり季節の制作をします。時には体を動かして遊びます。* 子育て相談等も伺います。是非お気軽においでください。

出張子育て支援センター20日(木) 9:00～11:30

《場所》溝口保育所予備室○職員玄関からお入りください。* この時間はいつもの支援センターは休館

《離乳食講習会託児》21日(金)

時間: 10:00～11:30 ☆この時間内は参加者のみの利用
* 講習会の始まる10分前には受付を済ませてください。申込みは健康対策課をお願いします。
* この時間の利用は「離乳食講習会の参加の託児のみ」とさせていただきます。

出張カイロの日26日(水) * 時間 10:00～11:30

* 抱っこ・授乳による身体の歪みや不調、慢性的な身体の痛みや睡眠不足による疲労の蓄積の症状をカイロプラクティックの施術で改善しましょう。出張でカイロプラクターの方に来て頂きます。 申し込み 〆切 25日(火) (8組迄)