

佐賀女子短期大学「子育て支援センター」便り 令和4年7月号

でんでんむし

日増しに空の青さが夏らしく輝きを増す7月です

6月28日(火)に梅雨明けし、1951年の統計開始以降、最も早い梅雨明け、また、最も短い梅雨となりました。夏本番に備えて十分な栄養・睡眠を確保して健康第一に、ワクワク楽しい夏を迎える準備をしましょう。これからの時期は、毎日のように暑い日が続きます。

つい冷房を低い温度に設定してしまいがちですが、『効かせすぎ』には注意しましょう。室温が《25℃以下》の場所に長時間いたり、外気温との《温度差が5℃以上》あったりすると、『冷房病』になりやすいとされています。体の冷えすぎは『免疫の低下』にも繋がりますので、ご家庭でも冷房に頼りすぎにはご注意くださいようお願いいたします。

子どもの三大夏風邪

風邪や感染症といえ
ば、冬のイメージがありま
すが、夏に活性化し、流
行する感染症もあります。「子どもの
三大夏風邪」と呼ばれる《ヘルパ
ンギーナ》《手足口病》《プール熱》
は毎年流行します。『こ
まめな手洗い・うがい』
や『疲れをためない生
活』、『栄養と睡眠をきちんと
とること』などをして、免疫力
を高めてウイルスから体を守りましょ
う。



子育てワンポイント アドバイス

さて、7月はプールの季節ですね。子どもの
プール、水遊びで気をつけたいことについて少
し紹介します。プールにも家の庭やベランダなどで利用するビ
ニールプールや施設等の幼児用プールなどいろいろあります。
ビニールプールは、赤ちゃんの腰が据わり体力もついてきた
7ヶ月くらいから、幼児用プールは、3歳くらいから遊ばせ
るとよいといわれます。特にビニールプールを使って水遊びをする
際、気をつけることは、水温です。水道から入れたばかりの水
だと赤ちゃんにとっては冷たいので、2時間程度日差しを当て
て、水温をあげるとよいでしょう。水遊びが目的
ではなく、水に慣れさせること、涼ませるだけな
ら、お風呂を使うとよいでしょう。



～ 子育て支援センター「でんでんむしの6月のイベントから」～

第1回イベント 8日(水)

テーマ:「親子でいっしょにスタンプあそび」

講師:佐賀女子短期大学 准教授 大江 登美子 先生

ランチョンマットや巾着袋
に、親子で考えながらスタンプを
押してデザインしてもらい、世界
に1つのオリジナルのものをつくり
ました。子どもの
感性を磨くの
に有意義な時間
になりました。



はたけへ GO!!! いもさし

5月17日(火)～か
ら「玉ねぎ」「ジャガ
イモ」「きゅうり」「ミ
ニトマト」の収穫、5月
28日(土)から”い
もさし”を行いました。
たくさんの収穫ができた
ました。サツマイモも11月
上旬には収穫予定です。



今月のメニュー

1日 10:30～ 子育てイベント「たなばた会」
14日 14:30～ 「食育相談会」
講師:佐賀女子短期大学
西原 由紀 先生



20日 10:30～ 「お誕生日おめでとう」

22日 10:30～ 「イベント」

・テーマ:「夏の交流会」
・講師:佐賀女子短期大学

教授 相浦 雅子 先生



※全ての講座、イベントで託児あります。