

つどいの広場通信

子育て情報 No.53 令和2年7月16日発行

佐久市内つどいの広場

- サングリモ中込 月火水金土 Tel.63-3794
- あさしな保育園内 月水金 Tel.51-5005
- もちづき保育園内 月火水木 Tel.54-8387
- うすだ健康館2階 月水木金 Tel.81-1150



つどいの広場は7月1日より各館が再開されました。「おはようございます」「こんにちは」と、ドアを開けお母さん方の笑顔と元気な声が聞こえ、スタッフも嬉しい限りです。休館の間に、生まれた赤ちゃん、歩けるようになったり、お話しができるようになったお子さんの成長は4か月の長さを思わせます。新しい生活様式が推進され以前の生活には戻れず、利用者の皆さんには何かとご不便をおかけしますが、

子育てコーディネーターとお話しましょう

様々なお話をお聞きし、一緒に考え、情報提供や育児不安の軽減を図ります。

日時：月・火・水・金・土・日・曜日の10時～15時 電話相談もお受けします。

日曜日は子育て相談のみとし、日頃の悩みや相談を承っております。

事前に予約または、当日電話で時間の確認をしてお出かけください。利用時間は10時～13時です。お気軽にご利用ください。 電話番号：63-3794

育児講座「笑いヨガ」より

講師・参加者共にマスク着用での講座でしたが、講師の佐藤志保先生の笑顔と明るい雰囲気にもまれて一緒に笑って、学べての講座でした。

《イライラしない子育ての秘訣》

子育ては思い通りに育てようとするほど、苦しくなる。

(例)子どもが牛乳をこぼしたら怒ってしまうか？ こぼしたら拭けばいいじゃないと笑顔で拭けるか？

気持ちの持ち方次第で子育てが楽しくなるか、イライラするか分かれ道。

お母さんがにこにこしていたら、子どもも笑顔になれる。イライラを解消する習慣のひとつとして、

笑うから楽しくなる「ほっほっ、ははは」の笑いのスイッチを押すことを身に着けてほしい。

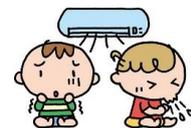
「ほっほっ、ははは」「ヤッター！ ヤッター！ イエ～イ！」「あはははは」

笑顔でハッピー子育てを！



子育てのワンポイント

暑さ対策 …子どもの肌を守ろう…



夏本番。日差しの強いこの時期は、お子さんと外出する際、気になるのが紫外線対策。子どもの肌はとても敏感。また、汗っかきのため皮膚はしっとりしていると思われがちですが、実は皮脂の分泌量も保湿成分も大人より乾燥しやすいのが特徴です。そこで、

- ・日差しの強いこの時期は、肌への直射日光はできるだけ避ける。
- ・日焼け止めクリームは刺激の少ないベビー用がお勧め。
- ・汗をかきっぱなしにしない。
- ・汗をかいたらこまめに着替える。
- ・暑いからと裸に近い格好をさせない。(肌には木綿やガーゼなどの薄着で吸水性の良い衣類を着せる。)

など、気を付けてみましょう。あせもの予防にもなります。ケアをしながら暑い夏を乗り切っていきましょう。

* 赤ちゃん手帳 11ページからの「子どもの肌を守ろう」を参考にしてみてください。

8月・9月の子育て情報 育児講座



【8月】

日	月	火	水	木	金	土
	※育児講座の詳細について、佐久市のホームページに掲載されます。		サ: サングリモ中込つどいの広場 あ: あさしな保育園内 // も: もちづき保育園内 // う: うすだ健康館内 //			1
2 子育てコーディネーターによる相談業務のみ	3 サロン あいとぴあ臼田	4 サロン あいとぴあ臼田	5 サロン あいとぴあ臼田	6 サロン あいとぴあ臼田	7	8
9	10 山の日	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21 サ 午前・午後 作って遊ぼう ※要予約	22
23 30	24 31	25 も 作って遊ぼう ※要予約	26 う 作って遊ぼう ※要予約	27	28 あ 作って遊ぼう ※要予約	29

※サ 午後の部は2時半～3時



【9月】

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4 あ 人形劇 ※要予約	5
6 子育てコーディネーターによる相談業務のみ	7 サロン 小田井児音楽遊び 岸野児食育応援隊	8 サロン切原児 親子ヨガ※要予約	9	10 サロンあさしな児 運動遊び※要予約	11 う 救急法は中止になりました	12
13	14	15 サロン東児 親子ヨガ※要予約	16 サロン泉児 交通安全教室	17 も 救急法は中止になりました	18	19
20	21 敬老の日	22 秋分の日	23 サロン野沢児 音楽遊び	24 サロン城山児 音楽遊び	25	26
27	28	29 サ 親子ヨガ ※要予約	30	※育児講座の詳細について、佐久市のホームページに掲載されます。		

* 各育児講座は10時30分開催です。早目にお出かけください。

内容につきましては、近くなりましたら案内のチラシが出ますのでご覧ください。

* つどいの広場や子育てサロンのほかにも利用できる午前中開放の児童館があります。

佐久平浅間、岩村田、野沢、泉、平根児童館で、利用時間は10時～正午です。

親子で自由に遊んでください。小学校が休みの日は利用できません。

