



# 地域子育て支援センター エンジェルルームだより 7月号

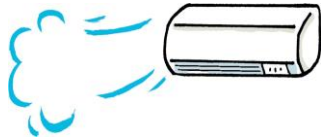
2022年7月発行  
地域子育て支援センター  
エンジェルルーム  
(藤枝聖マリア保育園)  
藤枝市下藪田 733-1  
☎054-638-2941

梅雨明けが待ち遠しい今日このごろです。日差しのある時は水遊びが待ち遠しく感じられるような季節にもなりました。梅雨があけると夏本番！キラキラ輝く太陽のもと水と仲良しになって水遊びをしたり、シャボン玉を楽しんだり、夏ならではの遊びを親子で一緒にたくさん楽しみたいですね。暑くなってきましたので、外出する時は帽子をかぶるようにしましょう。また冷たい物の摂りすぎに注意するなど、お子さんの夏の健康管理には気をつけるようにしましょう。夏の暑い一日、エンジェルルームに来て、心も体もリフレッシュして子育てを楽しんで下さいね。



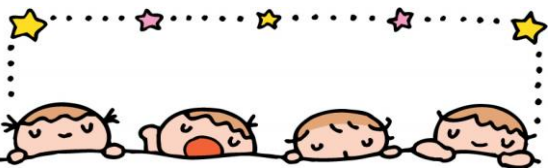
- 利用者の皆様へ みんなが安心してエンジェルルームを利用できるようご協力をお願いします。
- ☆入館の際の検温(自宅でも検温をしたうえでご利用ください)・マスクの着用・手指の消毒をお願いします。
  - ☆同居家族が在籍する学校・幼稚園・保育園等で感染症のため休校・休園・学年閉鎖となっている方は利用不可。
  - ☆新型コロナの感染状況により予定が中止や変更になる場合がありますのでご了承ください。

## 育児ワンポイント



### エアコンを上手に使って快適な夏を！

暑い日や寝苦しい夜は、エアコンを活用しましょう。子どもにとってぐっすり寝ることはとても大切です。また「夜間熱中症」も危険です。赤ちゃんや小さい子どもは体温調節機能も未熟ですから気をつけましょう。汗腺は3歳までにたくさん汗をかくことで発達するといわれています。暑さに慣れることも大切です。たくさん遊んで汗をかく機会を作り、休むときにはエアコンを上手に使って熟睡できるようにしてあげましょう。



## 飛んでけ！夏ばて

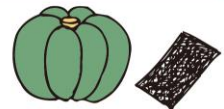
夏は暑さで食欲がなくなったり、体力を激しく消耗したりします。上手に食べて、暑さに負けない体を作りましょう！

エネルギーの源 たんぱく質



エダマメや  
トウモロコシなど

抵抗力をつける ビタミンA



ノリやカボチャ、  
ニンジンなど

疲労回復に大切な ビタミンB1



豚肉、大豆などの豆類、緑  
黄色野菜など

水分補給は、麦茶、水



甘みのないも  
のがお勧め



## お知らせ(駐車場について)

8月末頃まで駐車場にプールが設置されている為、車の通行には十分お気を下さい



☆室内・園庭利用時間 毎週月曜日～金曜日 9時～12時・13時30分～15時30分(祝日休み)

☆子育て相談・電話相談もお気軽にお声をおかけ下さい。(ひとりで悩まないでね)

☆プログラム以外の日は支援室や園庭で親子でゆったりのおんびり遊べます。午後支援室は開放しています。



日	曜日	予約	7月の予定
1	金		
4	月	☆	水遊び 
5	火		リトルエンジェル
6	水		
7	木	☆	七夕まつり・星まつり
8	金	☆	赤ちゃん遊ぼう①
11	月	☆	星の子②
12	火		
13	水		
14	木	☆	星の子③
15	金	☆	水遊び
18	月		海の日(お休み)
19	火	☆	あかちゃん講座
20	水	☆	星の子①
21	木		
22	金		
25	月	☆	水遊び
26	火		
27	水	☆	赤ちゃん遊ぼう②
28	木	☆	水遊び
29	金	☆	ぽかぽか広場(雨天中止)

### 星の子広場①②③ (年齢別遊び) (要予約)

各年齢とも7月生まれの子の誕生会をします。

20日(水)星の子①令和3年生まれの子

・うさぎの風鈴作ろう

11日(月)星の子②令和2年生まれの子

・金魚すくいしよう

14日(木)星の子③令和1年生まれの子

・びっくりクラッカーで遊ぼう

※時間はいずれも AM. 9:30～11:00



### ☆7月の赤ちゃん遊ぼうと手遊びリンパ (要予約)

赤ちゃん遊ぼう① 8日(金) 生後8ヶ月までの子

会場 生涯学習センター2階和室 持ち物 バスタオル

赤ちゃん遊ぼう② 27日(水) 6ヶ月から歩行前の子

☆リンパマッサージと水遊びの玩具作ろう

会場 エンジェルルーム 持ち物 バスタオル

※時間はいずれも AM. 10:00～11:00 予約は随時



### 水遊びしよう (要予約・雨天中止) 午前10時～11時

4日(月)・15日(金)・25日(月)・28日(木)

持ち物: 水着・タオル・着替え・サンダル・帽子・水筒

※おむつのとれていない子は水遊び用

紙おむつをご用意ください。



### リトルエンジェル (清里の方対象)

日時 7月5日(火) 午前10時～11時

場所 清里2丁目町内会館

花コマ作ろう

### 8月の講座のお知らせ (要予約)

時間はいずれも午前10時～11時

23日(火) 思い出のフォトスタンド作ろう

30日(火) 砂川さんとバルーンアートで遊ぼう

予約はいずれも7/11より受付ます



### ぽかぽか広場 (要予約 雨天中止)

日時 7月29日(金) 10:00～11:00

「夏の里山で遊ぼう」

支援センターあさひなどの合同広場です。

(現地集合・解散です)

持ち物: 水筒・帽子

水着・着替え・タオル

サンダル(ぬれてもよいもの)

