



# わらべうた

**7月14日(金)**

**場所** 子育て支援センター『いろはぽけっと』

**講師** 大井 みゆきさん

1・2・3歳 10:00~10:30

妊婦・0・1歳 10:45~11:15

# 助産師さんの子育て相談

**7月18日(火)**



9:30~11:00



助産師さんが「いろはぽけっと」にやってきます。子育て、育児の悩みや心配ごとなど相談できます。お気軽にいらしてください。



## 親子で楽しくリトミック♪

**7月20日(木)**

**時間** 10:00~10:45

**場所** 子育て支援センター  
『いろはぽけっと』

**持ち物** 飲み物・汗拭きタオル

## ふれ愛あそび

**7月28日(金)**

**時間** 14:00~

**場所** みのわ~れ『ほっこりルーム』

0~1歳の子が参加しやすい内容です。  
(もちろん大きい子も参加OK!)

※詳細は別紙チラシをご覧ください



## ☀️ 熱中症に注意! ☀️

梅雨が明けるといよいよ本格的な夏がやってきます。

気温が高くなると機嫌が悪くなる、食欲が落ちる、体調不良になったりします。のどが渇いていなくてもこまめに水分・塩分などを補給をし、快適に過ごせる環境作り、十分な休息などを心がけ熱中症に負けない体作りを心がけましょう。

体温調節機能を鍛えるために汗をかくことは大事ですが、外に出る時は帽子をかぶる、日陰で過ごすなど長時間直射日光に当たらないよう注意し、『熱中症警戒アラート』が出ている時は屋外で過ごすことは控えましょう。



イベントや利用状況、休所など、支援センターに関わる情報を入手できる便利ツールを登録して、たくさん遊びにきてね♪待ってるよ~

♡母子モ♡

予防接種などの記録もできる母子手帳アプリ。



☆みのわメイト☆  
アプリ登録はコチラ



★子育て支援センター★  
グループ登録はコチラ



❁ お問い合わせ ❁ 子育て支援センター『いろはぽけっと』 ☎ 0265-71-1560