

令和7年(2025年)

田柄地区区民館 子育てのひろば



7月の ぴよぴよだより

0歳～3歳の子どもと保護者対象 毎週 月～土(日・祝はお休み) 時間:10:00～17:00

〒179-0073 練馬区田柄 3-28-13 03-3926-4934

梅雨明け宣言が出ると いよいよ本格的な夏に向かいます。暑い夏がやってきますね!

こまめな水分補給や保冷剤なども利用して「熱中症対策」を!また帽子や日焼け止めクリームなどを上手に使う「日焼け対策」をして体調を崩さないよう過ごしていきましょう。

ぴよぴよでは、部屋を涼しくして皆様のお越しをお待ちしています。



【7月の予定のご案内】

日	月	火	水	木	金	土
		1	2 保健相談	3	4	5
6	7	8	9 さくらサポーター	10	11	12
13	14	15 ぴーかぶー	16	17	18	19
20	21 海の日	22 リトミック	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

【保健相談】 2日(火) 10:30～12:00 公立保育園の看護師さんたちが、夏の過ごし方(日焼け・あせも・衣服の調節など)について相談を受けます。 予約はいりません。

【さくらサポーター】 9日(水) 10:30～11:00 今回のさくらサポーターさん達は、大型絵本の読み聞かせとパネルシアターと一緒に遊んでくれます。 予約はいりません。

【ぴーかぶー】15日(火)

10:30～11:00

パネルシアターや歌遊び・ふれあい遊びなど親子で楽しく過ごしましょう!

予約はいりません。



【リトミック】22日(火) 10:30～11:00

定員 10組

音楽に合わせて楽しく体を動かしてみませんか?(生後8か月～12か月(満1歳)のお子さんが対象となります)

予約受付:16日(水)10時より電話または直接職員に、お声がけください。

3926-4934

《お知らせ》

熱中症特別警戒アラートが発出された場合には、対象の日にぴよぴよで行われる全てのイベントは中止になります。（オンライン イベント(zoom 等)は実施）また、熱中症警戒アラートが発出された場合には、原則イベントは行われますが、熱中症に十分注意して無理のない範囲でご参加ください。

ひろばは開室しますが、熱中症に十分注意してお越しください。

練馬区立子ども家庭支援センター<公式 (旧 Twitter について)>
ぴよぴよのイベント情報などお知らせしていきます。フォローをお願いします。



《プチ情報コーナー》

ここでは、健康維持やホームケア・感染症・食育・安全・発達についてなど...ちょっとした情報をお知らせしていきたいと思います。

日射病 熱射病に 注意

外で強い日ざしにさらされて起こるのが日射病、蒸し暑い所に長時間いて起こるのが熱射病。総称して熱中症といいます。

予防のポイント♪

炎天下であそばない

日ざしが強いのは、午前10時ごろ～午後2時ごろ。この時間帯の外あそびは30分ほどで切り上げて。

外と家との温度差に注意

涼しい室内から急に気温の高い外に出ると、体力が奪われて危険です。

つばの広い帽子をかぶる

頭だけでなく、後頭部や首も、日光から守りましょう。

ベビーカーは短時間で

ベビーカーは、アスファルトの照り返して熱がこもりやすいです。長時間の移動は避けましょう。

子どもを一人にしない

子どもを車や部屋に一人で残さないで。クーラーをつけていても危険です。

こまめな水分補給

少量の水分を30分を目安に、こまめに飲ませます。

りんご病 がはやっています

「りんご病」というかわいらしいイメージですが、ウイルスが原因の「伝染性紅斑」という感染症です。

症状

- ほほがリンゴのように赤くなり、盛り上がる
- 腕、足、おしりに網目状の発しんが出る
- 熱はあまり出ないが、かぜのような症状が出ることもある
- 発しんはかゆみを伴うこともある

ケア

- 症状がよければ特別な治療は必要ない

症状が出た時点ではすでに感染力はないので、登園停止の必要はありません。

妊娠中の人がかかると胎児に異常が出ることもあるので、接触に注意しましょう。

百日咳もまだ流行っています！

《誕生日のお祝い》誕生日カードを作成し、個別に誕生日会を開きお祝いをします。お誕生日が近くになりましたら、職員に声をおかけください。

