



日差しがじりじりと感じる頃になりました。毎年この時期になると「今年1番の暑さ!!」とお天気番組で話題になりますが、近年函館でも毎年本当に暑い「夏」になってきています。子どもたちやお母さん方にとっては、熱中症に気を付けながら涼しい遊び場を探すのにも一苦労なのではないでしょうか?よくお盆が過ぎたら暑さも一段落と言いますが…しばらくの辛抱ですね。休息をしっかりと取りながらこの夏を過ごしましょう!

★8月の予定★

1(火) 1・2歳児サークル	自由開放(0歳児)
2(水) 自由開放(年齢制限なし)	自由開放(年齢制限なし)
3(木) 0歳児サークル	自由開放(年齢制限なし)
4(金) 自由開放(2歳児)	リラックスタイム(予約制)
5(土)	
6(日)	
7(月) 自由開放(1歳児~)	自由開放(年齢制限なし)
8(火) 1・2歳児サークル	自由開放(0歳児)
9(水) 自由開放(年齢制限なし)	自由開放(年齢制限なし)
10(木) 0歳児サークル	自由開放(年齢制限なし)
11(金) 山の日	
12(土)	
13(日)	
14(月) 自由開放(1歳児~)	自由開放(年齢制限なし)
15(火) 1・2歳児サークル	自由開放(0歳児)
16(水) 自由開放(年齢制限なし)	自由開放(年齢制限なし)
17(木) 0歳児サークル	自由開放(年齢制限なし)
18(金) ミニ講演会	リラックスタイム(予約制)
19(土)	
20(日)	
21(月) 自由開放(1歳児~)	自由開放(年齢制限なし)
22(火) 1・2歳児サークル	自由開放(0歳児)
23(水) 自由開放(年齢制限なし)	自由開放(年齢制限なし)
24(木) 0歳児サークル	自由開放(年齢制限なし)
25(金) 自由開放(0歳児)	リラックスタイム(予約制)
26(土)	
27(日)	
28(月) 自由開放(1歳児~)	自由開放(年齢制限なし)
29(火) 1・2歳児サークル	自由開放(0歳児)
30(水) 自由開放(年齢制限なし)	自由開放(年齢制限なし)
31(木) 0歳児サークル	自由開放(年齢制限なし)

★9月の予定★

1(金) 自由開放(2歳児)	リラックスタイム(予約制)
2(土)	
3(日)	
4(月) 自由開放(1歳児~)	自由開放(年齢制限なし)
5(火) 1・2歳児サークル	自由開放(0歳児)
6(水) 自由開放(年齢制限なし)	自由開放(年齢制限なし)
7(木) 0歳児サークル	自由開放(年齢制限なし)
8(金) 自由開放(0歳児)	リラックスタイム(予約制)
9(土)	
10(日)	
11(月) 自由開放(1歳児~)	自由開放(年齢制限なし)
12(火) 1・2歳児サークル	自由開放(0歳児)
13(水) 自由開放(年齢制限なし)	自由開放(年齢制限なし)
14(木) 0歳児サークル	自由開放(年齢制限なし)
15(金) ミニ講演会	リラックスタイム(予約制)
16(土)	
17(日)	
18(月) 敬老の日	
19(火) 1・2歳児サークル	自由開放(0歳児)
20(水) 自由開放(年齢制限なし)	自由開放(年齢制限なし)
21(木) 0歳児サークル	自由開放(年齢制限なし)
22(金) 自由開放(0歳児)	リラックスタイム(予約制)
23(土) 秋分の日	23(土) 秋分の日
24(日)	24(日)
25(月) 自由開放(1歳児~)	自由開放(年齢制限なし)
26(火) 1・2歳児サークル	自由開放(0歳児)
27(水) 自由開放(年齢制限なし)	自由開放(年齢制限なし)
28(木) 0歳児サークル	自由開放(年齢制限なし)
29(金) リラックスタイム(予約制)	リラックスタイム(予約制)
30(土)	

苦手な食材を克服しよう!!

- 成長するにしたがって、食べ物の好みが出てきますね。特に野菜嫌いな子も多いのでは??そこで、克服するためのポイントをおさえておきましょう。
- * 強制しない…嫌いな食べ物を強制されることで「食事=楽しくない」という思いを抱かせてしまいます。「一口でも頑張ろう!」と励まして、食べられたら沢山褒めてあげましょう。
 - * 調理法を工夫しよう…切り方や型抜きを使って盛り付けに使ったり、味付けを子ども好みのカレー味や照り焼き風にしたり、揚げ物にしてみるなど、調理法を変えるのも一つかもしれません。
 - * 食育体験をしてみよう…玄関先やベランダなどで、野菜を育ててみてはどうでしょう?自分で収穫した野菜を、お家の方と一緒に作って食べることで、一味違ってきます。
 - * 一緒に料理する 一緒に食べる…一緒に料理することで、みんなで食べる喜びが味わえます。また、家族やお友だちと一緒に食べることで「食べてみようかな」と興味を持ち始めます。「おいしい」と食べる姿を見せることもとても大切です。

少しでも苦手食材を克服して、たくさん食べて元気な体を作りましょう!!

ミニ講演会のお知らせ

8/18(金)センサリーバッグ作り

洗濯のりを使って涼しげな金魚鉢センサリーバッグを作ります!お家に飾っても素敵ですよ^^親子で楽しく製作活動しませんか!



9/15(金)

家計のやりくり・財務のお話

函館財務局の方をお招きして、教育資金や今流行りの投資の話などを専門家に伺います。子育てにはお金がかかるもの!一体どのくらい必要なのかも教えて頂きましょう!!



*いずれも予約が必要です。詳しくは指導員までお声がけ下さい。

熱中症のサインを見逃さず!!

子どもは、自分から体の状態を訴えることができません。顔が赤い、元気がない、ふらふらしているなどの異変を感じたら、涼しい場所で安静にさせ、首やわきの下を冷やして水分補給を。吐き気で水分補給ができなかったり、全身けいれんなどの重い症状がある時は一刻も早く病院へ行きましょう。



☆ゆったりと秋の一夜を☆

今年の十五夜は、9月29日(金)。月が見える場所に月見団子やイモなどを供え、魔よけの力があると言われるススキを飾り、秋の収穫を感謝する日です。この時期は月がとてもきれいに見えるので、子どもと一緒に夜空を見上げて、秋の夜長をゆったりと過ごしてみたいいかがでしょうか。



子どもの三大夏風邪をご存じですか?

- ・手足口病⇒手足口に水泡ができる病気。発熱、下痢などが起こることもあります。特に口の中の水泡は潰れてしまうと、しみて食事が困難になります。
- ・ヘルパンギーナ⇒急な発熱、口の中の天井の奥側の赤い水泡が主な特徴。水泡が潰れると唾液や食べ物を呑み込めないほど強い痛み。発熱は3日ほど続きます。
- ・フール熱(咽頭結膜熱)⇒高熱、喉の痛み、強い赤み、腫れが見られる。目の充血や痛み。症状は3日ほど続きます。

※夏になると、子どもを中心に増える感染症です。例年6月~8月にかけてそれぞれの流行がピークを迎えます。特徴や注意点を確認し、事前の感染対策に備えましょう!!

