

りんご・めーる 7月号

札幌市豊平区保育・子育て支援センター
(ちあふる・とよひら)

札幌市豊平区月寒東1条4丁目2-11

TEL: 011-851-2510

月曜日～土曜日 9:00～17:00



駐車スペースには限りがあります。
できるだけ公共交通機関をご利用ください。

強い日差しに夏の訪れを感じる季節になりました。日中は汗ばむような日も増え、木陰の涼しさや、水に触れたときの心地よさがうれしい頃ですね。身のまわりの自然の変化や季節ならではの発見を、お子さんと一緒に楽しみながら、元気に夏を過ごしましょう。

親子で楽しく水遊び！



暑い季節には、水に触れる遊びがぴったりです。水遊びにもいろいろな楽しみ方があり、水の冷たさややわらかな動き、きらきら光る様子をじっと見つめることも、子どもにとっては貴重な体験になります。「見る」「触れる」「感じる」といった五感をたっぷり使う遊びを通して、感性が育まれていきます。

「冷たいね」「気持ちいいね」と声をかけたり、子どもの発見に共感したりすることで、水の不思議さや楽しさにも気付けるようになります。

お子さんと楽しい気持ちを共有しながら遊ぶことで、次への興味や意欲につながっていきます。ぜひ親子で水遊びを楽しんでくださいね！



水に慣れよう☆

はじめは、手先や足先をそっと水に入れることから始めてみましょう。無理せず少しずつ慣れることで、水への不安が和らぎ、安心して遊べるようになります。



すくってあそぼう☆

空き容器やペットボトルなどで水をすくったり、うつしたり、注いだり…そんな水の流れを見たり、音を聞いたりするだけでも十分楽しむことができます。



氷でひんやり体験☆

氷をにぎって「つめた〜い!」と感じたり、水に浮かべてゆっくり溶ける様子を観察したりするのもおすすめです。



*帽子やTシャツなどで紫外線対策を行い、こまめな水分補給で熱中症を予防しましょう。

*水遊びの際は、浅い水でもお子さんから目を離さないようにしましょう。

*水遊びは体が冷えやすいため、長時間にならないよう子どもの様子を見ながら切り上げ、遊び終わったらすぐに着替えて体を温めてあげましょう。

さっぽろ子育て情報
サイトでも「水遊び
のヒント」を掲載して
います。



りんごのへや 水遊びのお知らせ

開催日：7月7日(月)より開始予定

時間：10:15～11:15

※開催日や持ち物等詳細につきましてはりんごのへやに掲示してある

「水遊びカレンダー」「水遊びのお知らせ」にてご確認ください。

- ・気温25℃以上で、風のない日に行います。
- ・天候や行事により中止になる場合があります。ご了承ください。
- ・体調不良、皮膚疾患がある場合、水遊びはできません。



水遊びの遊び方や楽しみ方について、保育士がお伝えします。ぜひ一緒に遊びましょう！



ポーチで、タライを使用して水遊びをします。
共用のため、足やお尻は入れずに遊びます。



ちあふる・とよひらの看護師が教える！

夏を健康に過ごすポイント！

乳幼児のうちから十分体を動かして汗腺を鍛え、スムーズに汗をかける体をつくっていくと、体の熱を発散しやすくなり熱中症予防につながります。また、毛穴が詰まらずに汗をかける状態は、あせもの予防にもなります。

汗をかいた後は、その都度そっと拭くかぬるま湯で汗を流すとよいでしょう。その際、デリケートな子どもの肌を守るため、必要な皮脂を取り過ぎないように、せっけんを使うのは1日1回程度にとどめます。

汗をかくと、水分とともに塩分が失われます。おおむね30分毎に50mlの白湯か麦茶を飲み、食事のときにみそ汁などの塩分のあるものを摂ると体に優しい水分補給になります。



子どもの健康に関して気になることを看護師に相談することができます。職員に気軽にお声掛けください。



7月の予定



カレンダーの予定は変更になる場合があります。

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6 	7	8 わらべうたであそぼう	9 読み聞かせたいむ	10 おいでよ！ かめさんひろば 	11	12 子育て講座 「プレパパ・ママへの 子育て応援講座」
13	14	15 おいでよ！ いるかひろば 	16 どれみさんの 音楽たいむ	17 栄養士さんの 相談タイム	18	19 
20 サンデーサロン 10:00～12:00	21 海の日	22	23 子育て講座 受付開始日	24	25 Misaと えいごであそぼう	26 
27	28	29	30	31		

子育てボランティアによるお楽しみタイム

事前予約は必要ありません。詳細はりんごのへやの掲示板で紹介しています。

わらべうたであそぼう

14:30～

どれみさんの音楽たいむ

11:00～

Misaとえいごであそぼう

14:30～

読み聞かせたいむ

11:00～

8/6(水)子育て講座

「心理士に学ぼう！子どもの発達」

詳細はこちらからご確認ください。



何でも聞いてね！

栄養士さんの相談タイム

離乳食の進め方や食べムラなど、お子さんの食事に関するお悩みについて、ちあふる・とよひらの栄養士が個別に相談をお受けします。

日 時： 7月17日(木) 13:00～14:30

場 所： ちあふる・とよひら「りんごのへや」

対 象： 就学前までのお子さんの保護者

受 付： 当日先着順での受付

※14:00 までにお越しください

相談タイムの日程以外で相談を希望される場合は、職員にお声がけください。



親子交流会

親子で遊びながら楽しく交流しませんか？
保育士による遊び紹介『ハッピータイム』もあります！

おいでよ！かめさんひろば

日 時： 7月10日(木) 13:30～15:00

場 所： ちあふる・とよひら「りんごのへや」

対 象： ～9か月のお子さんと保護者



おいでよ！いるかひろば

日 時： 7月15日(火) 10:00～11:30

場 所： ちあふる・とよひら 2階ホール

対 象： 1歳6か月～のお子さんと保護者



年齢は目安となりますので、対象年齢以外の方も参加できます。予約は不要です。

要予約

子育て講座

プレパパ・ママへの子育て応援講座

赤ちゃんの成長や関わり方、子育ての相談先などについて保育士がお伝えします。子育てサロンに来所の親子と交流することもできます。先輩パパママもプレパパママたちと一緒に楽しい時間を過ごしましょう。

日 時： 7月12日(土) 9:45～11:00

場 所： ちあふる・とよひら「りんごのへや」

対 象： 妊娠中の方やそのご家族

受 付： 6月27日(金)～



ちあふる・とよひらの
最新情報はこちら↓



お問い合わせ・講座の申込み先はこちら

豊平区子育て支援担当係

月～金 9:00～17:00(祝日を除く)

☎ 011-822-2474

※講座の申込みは先着順です。



SAPPORO



さっぽろ市
02-G02-25-980
R7-2-745