



子育て支援センター

ふれあいルーム通信

赤平市子育て支援センター 2018年8月 TEL・FAX32-3551

木々の青葉にさんさんと日が注ぐ、暑い季節となりました。

この時期は、大人も汗でいっぱいですが、赤ちゃんもとっても汗っかきさん。

こまめに水分補給すると共に、着替えもこまめに、あせも・おむつかぶれ予防対策を心掛けましょう。

7月のヨガ教室では3名のお母さんが出席して下さり、自分の体と対話する良い時間となりました。9月にも開催予定ですのでたくさんのお申込みをお待ちしています！



お知らせ

13日(月)

16日(木)

子育て支援センターはお休みになりますので、宜しくお願い致します。



これが熱中症のサイン!!

- 汗をかかなくなる
- 元気がなくなる
- ふらふらしている
- 顔色が赤く(青く)なる

★「熱中症」のサインを見つけたときの対応の基本は「水分補給」と「冷やす」ことです。

風通しのよい涼しい場所で休ませ、少量の糖分や塩分を含んだイオン飲料などを与えます。同時に、首まわり、わきの下、足の付け根など体の外からも冷やすようにしてください。冷たい水で絞った濡れタオルでも効果はありますが、氷のうやタオルに包んだ保冷剤がより効果的です。

意識がなくなったり、震えがあるときは、体を冷やしながらいで医療機関を受診し吐き気で水分がとれないときも同様です。



ミニピクニックのご案内

前回大好評でしたピクニックの第2回目開催です♡

日時：8月30日(木) 場所：錦町公園

スケジュール

10:20 集合 支援センター玄関前に集合

10:30 出発 お散歩しながら公園へ(ベビーカーOK!)

11:20 昼食 皆でご飯を食べて、支援センターに戻ります

持ち物：お弁当(自由ですが、簡単な物でOKです)

飲み物・お手ふき・帽子

敷物・各自必要な物

申し込み：8/29(水)まで支援センターへ

