



# のびのびメール

梅雨から夏へ、お天気や気候の変化が大きい季節となりました。暑い日が増え、気がつく、子どもが汗びっしょり…なんて事もあるのではないのでしょうか？体調を崩しやすい時期でもありますので、気をつけたいものです。

長い間、閉所していた支援センター広場も、6月15日から規模を縮小して開所しています。ぜひ、遊びに来て下さいね。お待ちしております。

## 安心・安全にご利用いただくために

### 子育て支援センター広場を利用するにあたってのお願い

- ① ご利用時の検温
- ② 手洗い・手指消毒とマスクの着用
- ③ 築上町児童館利用登録カードへの記入
- ④ 広場では水分補給を除く飲食禁止
- ⑤ 土曜日・祝日は、休館（当面の間）
- ⑥ 行事・イベントの休止（当面の間）
- ⑦ 赤ちゃん・おむつ替えコーナーはマットのみ設置

- ▶ 熱・咳などの症状がある方や体調不良の方は利用できませんので、ご了承ください。
- ▶ 電話相談は土曜日も対応します。
- ▶ 赤ちゃんコーナー・おむつ替えコーナーは衛生面を考慮し、マットのみ準備します。必要に応じて、バスタオル等の準備をお願いします。
- ▶ 施設の消毒や換気など可能な限り安心・安全に配慮します。

## 親子が健やかに楽しく過ごせるところ

### 子育て支援センター広場

子育て支援センター広場の開設時間をお知らせします。なお、状況に応じて変更する場合がありますので、ご了承ください。

#### 児童館プレイルーム

◆ 10:00～12:00 / 13:00～17:00

#### 築城社会福祉センター

◆ 9:00～11:30 / 12:30～14:00

※児童館は 12:00～13:00、築城社会福祉センターは 11:30～12:30 に室内換気・消毒を行います。  
※人数制限を設ける場合もあります。

七夕の日にそうめんを天の川や織姫の織り糸に見立てて、食卓に出すご家庭が増えているという話を聞きます。そうめんは消化も良く、食べやすいので夏バテで食欲がなくなるこの季節にピッタリ！七夕の日にそうめんを食べて願い事をしてみませんか？

## 手洗い、うがいをしっかりと

### ウイルスをやっつけよう！

- ◆ 「どんぐりころころ」の歌を歌いながら、手を洗ってみよう。洗いながら（2回）、すすぎながら（1回）、歌うといいよ♡

## しっかりとした対策を

### 熱中症に気をつけよう！

熱中症は、発汗による体温調整がうまく働かず、体内に熱がこもってしまうことで起こる症状です。乳幼児は、体温調節機能が未発達のうえ、身体が小さいため地面からの照り返しの熱の影響を受けやすいので、注意が必要です。

#### ■熱中症の症状

- ▶ ぐったりしている ▶ 体温が高い ▶ めまい
- ▶ けいれんしている ▶ 顔面蒼白

#### ■熱中症かな？と思ったら

- ▶ 日陰やエアコンが聞いた室内へ移動しましょう
- ▶ 衣服をゆるめて休みましょう
- ▶ 体（首周り、脇の下など）を冷やしましょう
- ▶ 水分・塩分などを補給しましょう

#### ■こんなときはすぐに救急車を！

- ▶ 体温が40度以上ある
- ▶ ぐったりして水分を受け付けない
- ▶ 全身がけいれんしている
- ▶ 意識がない

## 図書館からの絵本を紹介

### こぐまちゃんのどろあそび

「えっさのほいさ あなほれ ぽん」と夢中で遊ぶこぐまちゃん。でも上手に作っていっぱい並べた泥だんごを、石けりよろしくしろくまちゃんがピョンピョンふんでこわし、けんかになってしまいます。

