



ぴよんぴよん通信 7月

vol.132 2024.7



発行者
日立市社会福祉協議会
十王子どもの広場
南部子どもの広場
問合せ先 87-7222

暑さが日々増していき、日差しにも本格的な夏の訪れを感じます。
お水遊びなど夏ならではの開放的な遊びを楽しめる季節がきましたね。
水分補給やこまめな休息など熱中症対策をしっかりと、夏を元気に過ごしましょう！



広場開設案内

十王 子どもの広場 利用日 月・火・水・金(祝日を除く) 利用時間 午前9時～午後4時 場所 日立市十王交流センター内 児童室  電話 080-3398-3335	南部 子どもの広場 利用日 水・木・金・土(祝日を除く) 利用時間 午前9時30分～午後4時30分 場所 日立市立南部図書館内 おはなしの部屋  電話 080-3389-3336
--	--

♪ぴよんぴよんタイム 毎週水曜日11:00～ ♪ペンギンタイム 毎週金曜日10:30～

♪ぴよんぴよんタイム・ペンギンタイムについて
手遊びや読み聞かせなど親子のふれあいを目的に、毎週おこないます。気軽にご参加ください！



LINE公式アカウントを始めました！講座や各広場の情報をお知らせします。
上記、開設案内の中にあるQRコードから友だち追加できます。登録よろしくお願ひします。

7月の講座

申し込みは
下記QRコード又は
電話(87-7222)にて



十王 子どもの広場

22日(月)講座『乳幼児の生活リズムと健康管理について』(託児なし)
※受付開始 7月12日(金)午前9時30分～
＜会場:十王交流センター＞ 



南部 子どもの広場

25日(木)講座『骨盤エクササイズ♪』(託児あり)
※受付開始 7月17日(水)午前9時30分～
＜会場:久慈交流センター＞ 

これからの講座の予定



十王子どもの広場

- ・8月の講座はありません
- ・9月30日(月)『フラダンス』
- ・10月28日(月)『歯の健康について』
- ・11月25日(月)『ミュージックケア』(親子)
- ・12月16日(月)『保護者向け製作』
- ・1月27日(月)『離乳食について』
- ・2月17日(月)『お菓子作りにチャレンジ！』
- ・3月24日(月)『ベビーダンス』

南部子どもの広場

- ・8月の講座はありません
- ・9月25日(水)『0・1・2歳のお子さんとお話』(講話)
わらべ歌と絵本のお話
- ・10月7日(月)『お菓子作りにチャレンジ！』
- ・11月28日(木)『親子で楽しもう！』(2才以上)
- ・12月12日(木)『歯の健康について』
- ・1月22日(水)『ミュージックケア』(親子)
- ・2月27日(木)『救急講座』
- ・3月13日(木)『ベビーマッサージ』

※都合により変更になる場合がありますのでご了承ください。
※詳細は市報、ぴよんぴよん通信等で開催日が近くなりましたらお知らせします。

ベビーカーの夏の注意点



ベビーカーに乗っている子どもは地面に近い位置にいるので、体感温度は大人より2～3℃高いと言われています。
散歩をする時は、涼しい時間帯を選び、照り返しの少ない土の路面を選びましょう。日除けの屋根が付いていても、30分以内に留めて、子どもの様子を時々チェックしながら、脱水症状を起こさないように、水分補給はこまめに行いましょう。



おすすめ えほん♪



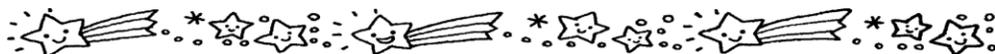
『か どこいった?』

作・絵 鈴木のりたけ

小学館



『手の上に蚊がとまった。せーの、パーン！ あー逃げられた。か、どこいった?』一匹の蚊が、ページをめくる度に色々な場所にとまり、「パーン」と、しとめようとしますが、その度に逃げられます。読み進めていくと蚊のとまる場所のスケールがどんどん壮大になり、驚きの展開が待っています。また、臨場感たっぷりの絵に引き込まれることでしょう。絵の中から蚊を見つけ出す楽しみもあり、幅広い年齢で、お子さんそれぞれの楽しみ方を持つことができますと思います。お話の内容はシンプルですが、何度も読み返してみたい絵本です。



～南部子どもの広場の様子～

【七夕製作】

健やかにおおきくなりますように！ と願いを込めて、短冊の代わりに足型をとって飾りました。



※7月7日まで製作しています。



夏野菜をたべよう！

トマト、なす、きゅうり、ピーマン、トウモロコシ、かぼちゃなど夏に旬をむかえる野菜には、栄養素や水分がたっぷり含まれていて、食べると暑さでほてった体を冷やして、日焼けした皮膚を回復してくれます。夏バテ予防に夏野菜を積極的に食べましょう！



夏野菜を育ててみませんか



夏野菜は、プランター等でも育てやすく、お子さんも水やりを手伝うことができます。自分で世話をした野菜が実るまでの様子を見て、収穫を楽しむことで、野菜に親しみが持てます。採りたて野菜は格別おいしいものです。野菜好きなお子さんになる、いいきっかけになるでしょう。

汗をたくさんかきましょう！

汗を出す「汗腺」は、赤ちゃんも大人もほぼ同じ数だけあります。ですが、いつも冷房の効いた室内にいて、汗をかく機会が少ないと、汗腺が働かなくなって、汗をかきにくい体になってしまいます。

汗をかくことで皮膚の表面から熱をにがしたり、汗を蒸発させて体温を下げたりしています。

汗には体温を調節する大切な役割があります。

汗を出すことのできる働きを持った汗腺の数が決まるのは3歳までと言われています。ですから、小さいころに汗をかくことが大切になってきます。熱中症対策をしっかりと、時間なども考慮しながら遊んで汗をかきましょう。

～汗を放っておかないで！～

あせもを防ぐには、汗や、汗に含まれる塩分などを洗い流すことが大事です。汗をかいたら、タオル等で拭く、シャワーを浴びさせるなどして汗を流してしまいましょう。

