

## たんぽぽひろばの活動

お部屋では、年齢に応じた玩具が揃っています。園庭でも三輪車や遊具、砂場でも楽しめます。

7月21日～8月20日までの火・水・木曜は、水遊びや、プール遊びを予定しています。(気温や天候、スタッフなどの関係で出来ないこともあります。)



# たんぽぽ通信 NO. 54

(平成27年8月1日発行)  
北九州市北方地域子育て支援センター

小倉南区北方三丁目50-2  
所長 大塚 友江  
TEL 931-4623  
FAX 931-4629



梅雨明けすぐに猛暑日が続く、熱中症にかかりやすいこの時期、室内や水遊びの後でも、水分補給を十分にしましょう。また、ジュースなど甘いものや冷たいものとり過ぎには気をつけましょう。

暑さを乗り切る健康づくりのためにも、よい生活リズムを作りましょう。早寝が習慣になると、早起きができるようになり、朝ごはんもおいしく食べられます、また昼間は元気に活動できます。

早寝・早起きの習慣は、子どもが健やかに成長する第1歩です。

熱中症や食中毒にも気をつけて暑い夏を元気に過ごしましょう！



## 【 たんぽぽひろば (フリースペース) 】 親子ふれあい交流

育児講座 「親子体操教室」でからだを使った遊びを楽しみました。



6月

たなばたまつり  
笹飾りを作りました。

7月

季節に合わせた制作などの遊びを提供しています。



これからの「親子ふれあい交流」予定 ☆ 9月17日 (木) 「お月見会」

## 【 くさぶえひろば (三世代交流) 】 あそぼうかい

6月

しゃぼん玉がきれいでした。



お誕生日をお祝いして、保育士が色々な遊びを提供しています。

7月

毎月第二水曜日

11:00

～11:50

縁日ごっこで楽しみました。



これからの「あそぼうかい」予定 ☆ 8月19日「魚釣りあそび」 ☆ 9月9日「紙粘土遊び」

## 育児サークル・NPO法人の活動の場として

談話室を提供しています！

- ◎ 育児サークルや、グループで活動したい方はご相談ください
- ◎ 登録後予約制で無料
- ◎ 電話予約 Ok

## 【 27年度「親子ふれあい交流」 育児講座 】

第3回 11月9日 (月) 11:00～12:00

テーマ「親子で楽しくあそぼう」  
スポーツインストラクターの矢幡道子先生による「親子体操教室」を開催します。

※予約申し込み必要です。(予約数 13組)

## すこやかハート 北九州

北九州市保健福祉局公式フェイスブックページ  
「保健福祉の情報をお伝えします」より

### 熱中症とは？

熱中症とは、室温や気温が高い中での作業や運動により、体内の水分や塩分(ナトリウム)などのバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、体がだるい、ひどいときにはけいれんや意識の異常など、様々な症状をおこす病気です。

《熱中症は室内でも起こります》

熱中症の患者数は、梅雨明けの急に暑くなる時期や、日中の気温や湿度が高く、熱帯夜が続く真夏などに急増します。家の中でじっとしていても、室温や湿度によって熱中症になる場合があるので注意が必要です。

【子どもの特徴】

- ◎ 地面の照り返しにより、高い温度にさらされる。
- ◎ 汗腺などが未熟
- ◎ 体温調節機能が未熟なため熱中症にかかりやすい。

☆持病をお持ちの方やお子さんは、かかりつけの医師とあらかじめ相談し、熱中症対策についてアドバイスをもらっておきましょう。

- ※ 熱中症予防情報サイト <http://www.wbgt.env.go.jp/>  
携帯サイトはこちらから⇒ <http://www.wbgt.env.go.jp/kt/index.php>

