

# こらめ こらこら



鯉ヶ沢町子育て支援センター  
「こらめちゃんルーム」

社会福祉法人みちのく会  
幼保連携型認定こども園舞戸保育所  
舞戸町字下富田29番地7  
☎:0173-72-2277  
☎:080-7730-4263  
子育て支援担当:保育教諭  
佐藤 彩花(さとう あやか)



暑さも少しずつ和らぎ、涼しい風を感じる季節になりました。涼しい気候になってきたので、今月からおさんぽの日を設けました。近くの公園や海へ行き、まつぼっくりや流木などを拾い、製作の幅を広げたいと思います。朝晩の気温差が大きい日が増えてくるので、お子さんたちの健康管理にも気を付けていきましょうね。

土日祝日は基本お休みとなりますが、月一回、土曜日に園舎と園庭を開放します。カレンダーの緑色の日がこらめちゃんルームの活動日(こらめっこくらぶ)となりますのでぜひ遊びに来てくださいね!

※感染症の流行や園での行事等のため中止・変更とさせていただきます。LINE公式アカウントやお電話でご確認をお願いします。

9月の予定						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2 開放日
3	4	5	6 おさんぽ	7	8	9
10	11	12	13	14	15 身体測定	16
17	18	19	20	21	22 製作日	23
24	25	26	27 読書 DAY	28 出張支援	29	30

★2日(土) 開放日(8:30~15:00) 月一回、土曜日に園舎と園庭を開放します。

★6日(水) おさんぽ(9:00~11:30) お子さんと運動不足解消のためにお散歩に行きませんか?(雨天の場合は別日に行います。)

★15日(金) 身体測定 お子さんの身長と体重を測りませんか?もし、その日に行けない...という場合はお気軽に声をかけていただければ来ていただいた日にも測定できます♪手形・足形アート製作も行うので汚れても大丈夫な服装をお願いします。製作に必要なものはこちらで用意してあります。

★22日(金) 手作り玩具製作 廃材を使って手作り玩具を製作します。製作に必要なものはこちらで用意してあります。

★27日(水) 読書 DAY(10:00~11:30) お天気のよい日は拠点館の周辺をお散歩しませんか?まだ歩けないお子さんはベビーカーか抱っこ紐を持参をお願いします。場所は日本海拠点館2階図書館に集合となります。借りた本を入れる袋をお持ちください。

★28日(木) 出張子育て支援(午後の部) 午後の部、13:00から鯉ヶ沢町中央公民館の一階の講習室で出張子育て支援を行っています。公民館の方が近くてお越しになりやすい方はぜひ遊びに来てください♡

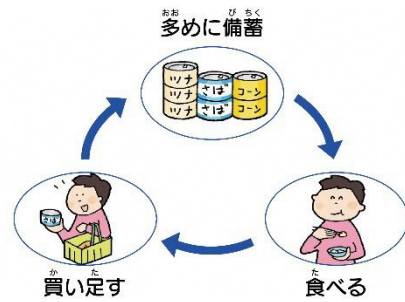


命を守るために、災害を知って災害  
に対処する力を身につけましょう。

日常的に備蓄をしよう!

## ローリングストック法

ローリングストック法とは、普段から少し多めに食品などを買って置き、日常的に食べて、食べた分だけ買い足す方法です。常に一定量の食料を備蓄でき、賞味期限切れによる廃棄も減らせます。また、災害時に食べ備わっているものが食べられます。



## 目の病気がはやってきます

目の症状が気になったら、こんな病気かも!?  
どちらもアデノウイルスによる感染症です。感染力が強いので注意が必要。早めに受診しましょう。

### プール熱

- 症状
- 発熱(38℃以上)
  - のどの痛み
  - 目の充血
  - 目やに、涙
  - ※熱は3~5日続く

### 流行性角結膜炎

- 症状
- 目の充血
  - 目やに
  - まぶたのはれ
  - ※ひどくなると発熱や下痢を伴うことも



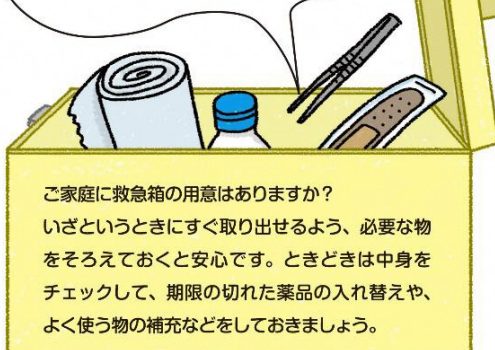
- 対処療法が中心。のどごしがよい食事にする
- 水分補給をして脱水予防を

- 処方された目薬などを使う
- タオルなどの共有をしない
- 汚れた手で目をこすらない。よく手を洗う

## 9月9日は救急の日

### 救急用品の点検を

- 滅菌ガーゼ
- 三角巾
- 包帯
- ばんそうこう
- 脱脂綿
- 綿棒
- はさみ
- 体温計
- とげ抜き
- ピンセット
- 熱冷まし用シート
- ポリ袋
- ポケットティッシュ
- 消毒薬、外傷用薬品 など



ご家庭に救急箱の用意はありますか?  
いざというときにすぐ取り出せるよう、必要な物をそろえておくこと安心です。ときどきは中身をチェックして、期限の切れた薬品の入れ替えや、よく使う物の補充などをおこなしましょう。

**早起き**

朝の光を感じると覚醒を促す脳内物質のセロトニンが分泌され、日中に活動しやすくなります。

**早寝**

睡眠は、疲れを取ったり、体を成長させたりします。夜は早く寝て十分な睡眠をとりましょう。

**朝ごはん**

夕食でとったエネルギーは朝には残っていません。午前中、元気に活動するために、朝食をとりましょう。



鯨ヶ沢町子育て支援センター  
「こうめちゃんルーム」  
社会福祉法人みちのく会  
幼保連携型認定こども園 舞戸保育所  
舞戸町字下富田 29 番地 7  
☎：0173-72-2277  
☎：080-7730-4263  
子育て支援担当：保育教諭  
佐藤 彩花（さとう あやか）

## 鯨ヶ沢町子育て支援センター

### こうめちゃんルーム

舞戸保育所では鯨ヶ沢町から委託を受け、子育て支援センター事業「こうめちゃんルーム」を行い、子育て親子の交流の場の提供と交流の促進、子育て等に関する相談・援助の実施、地域の子育て関連情報の提供、子育て及び子育て支援に関する講習等の実施等、地域の子育て支援機能の充実を図る取り組みを実施しています。

お子さんやお孫さんの遊び場所をお探しの方、遊び相手をお探しの方、成長の喜びや地域の子育て情報を共有できる子育て仲間を作りたい方、ぜひお子さんと一緒に遊びにいらしてみてください。歌ったり、遊んだり、製作をしたり、楽しいことをいっぱい見つけましょう。子どもたちが健やかに成長できるよう、お手伝いしていきたくて思っていますので、どうぞよろしくお願いいたします。

#### ●日程：週3日の活動を予定しています。

活動予定日は、LINE 公式アカウント(@koume\_room)・舞戸保育所ホームページ・子育て通信「こうめこころ」・お電話でのお問い合わせにてご確認ください。

・園で感染症等が流行している場合には延期または中止させていただくこともあります。

#### ●時間：午前の部 8:30~11:30 午後の部 13:00~15:00

●場所：舞戸保育所 子育て支援室

●対象：子育て家庭の親子

●お申し込み：LINE 公式アカウント(@koume\_room)、お電話、または舞戸保育所ホームページのお問い合わせフォームにてお申し込みください。当日参加も大歓迎です。

※利用料金はかかりません。

※お子さん用の飲み物・おしぼり・紙おむつやお着替え等を持って、活動時間内にお集まりください。

※駐車場は舞戸保育所園庭をご利用ください。



お問い合わせフォームはこちら↓



#### 子育てに1人で悩んでいるママさん！

子育てに不安や疑問を感じたとき、1人でどうしていいかわからないママさん！  
まずはお気軽にお話しませんか？  
子育て支援室に遊びに来るがてらご相談して下さってもいいですし、LINE 公式アカウントやお電話からもご相談を受け付けておりますので、よかったらお友だちになってください！

#### ●出張子育て支援●

毎月の乳児健診に合わせ、午後の部に中央公民館1階講習室で出張子育て支援を行っております。製作や遊びの活動が中心となります。お子さん、お母さん同士の交流を楽しめるようにしていますのでぜひ遊びに来てください！



#### ●読書 DAY●

(日本海拠点館の図書コーナーに絵本を見に行く日)

お散歩しながら日本海拠点館の図書コーナーへ行き絵本を楽しみませんか！

※お知らせしていただければ、天候に限らず日本海拠点館現地集合でも OK です！



#### ●世代間交流●

学生ボランティアを受け入れ、乳幼児の保育を体験してもらいます。  
(対象：子育てや保育に興味がある中学生・高校生・大学生)

## 鯨ヶ沢町子育て支援センター事業 ～活動内容～

#### ●こうめっこくらぶ●

お子さんのお遊びが中心の日園庭や園舎を開放します。広いホールや園庭でのびのび遊ぼう！いろいろなおもちゃを用意してお待ちしています。また、製作をしたり歌を歌ったり、親子でふれあい遊びをして楽しい時間を過ごしましょう。



#### ●子育て講座●

子育てに関する知識やスキルを高める勉強会や、お母さんのリフレッシュを図る楽しい体験講座などを行います。

#### ●子育て相談●

子育てについて知りたいことや相談したいことに子育て支援担当者が答え、不安の解消を図ります。どんなことでもお気軽にご相談ください。  
※事前にご予約をお願いします。

