

ぽかぽか



2022年
8月

子育てひろば情報

No.199

友だちづくりは 親子いっしょに

くにたち子育て応援アプリ もご活用ください。
子育て情報を発信しています！！



iPhone 用



Android 用

暑い暑い夏がやってきました！たくさん遊んで、いっぱい食べて、そしてしっかりと休息を取りながら、元気に過ごしていきたいですね。

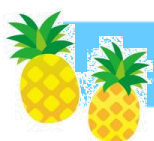
ちょっと涼みたいとき、誰かとおしゃべりしたいとき、ぜひ子育てひろばに遊びにきてください♪

*ひろばの利用は、事前予約制です。予約方法は、裏面をご確認ください。



【子育てひろば 臨時休館のお知らせ】

8月2日(火)午後 は、ひろばでの事業開催のため子育てひろばは**お休み**です。



子ども家庭支援センターからのお知らせ

☎042-573-0192



《栄養士ミニ講座》モイモイ幼児食

今回は**幼児食**への移行を中心にお話しします。子育てひろばで、お子さんを遊ばせながら参加できます。栄養士に気になることを聞いてみませんか？

【日時】**8月23日(火)**

午前10時半～11時



【場所】子ども家庭支援センター 子育てひろば

【講師】子ども保健・発達支援係 管理栄養士

【対象】市内在住で生後11か月を過ぎたお子さんと保護者

【定員】5組（申込先着順）

【申込】受付中

前日17時まで、電話または来所にて申込みください。

*当日は講座の前後で、ひろばで遊ぶことができます。

《子どものための安全ミニ講座》

救急車の呼び方や、AEDの使い方などを学びます。

【日時】**9月20日(火)**

午前10時半～11時



【場所】子ども家庭支援センター 子育てひろば

【講師】国立市消防団 女性団員

【対象】市内在住で子育て中の方

【定員】6組（申込先着順）

【申込】事前申し込み制

8月29日(月)10時半～

9月17日(土)17時まで



*当日は講座の前後で、ひろばで遊ぶことができます。



子育て講座

「気持ちを軽くする、子育てのヒント」

～ストレスと上手に付き合う方法～

【日時】**9月15日(木) 午後2時～3時半**

【場所】子ども家庭支援センター

【講師】高木 紀子氏（公認心理師・臨床心理士）

【対象】市内在住の生後2か月～7か月のお子さんとその保護者

【定員】10組（申込先着順）

【申込】8月9日(火) 午前10時30分～



*詳細は、市報 **8月5日号**をご覧ください。

「月齢グループ」のお知らせ

— 子育て仲間を作いませんか？ —

対象：市内在住の令和4年3月生まれのお子さんと保護者の方

子育ての情報交換をしたり、悩みを話したり、お友だちと一緒に楽しい時間を過ごしましょう。

【日時】① **8月2日(火)** 午後2時～3時

② **8月18日(木)** 午後1時10分～2時10分

(感染症拡大防止のため、**事前予約制**)

【場所】子ども家庭支援センター 子育てひろば

【申込】電話または来所にて申込みください。



8月 イベントカレンダー

くにたち
子育て
サポーター
国立市 & Wakusai

太字は、**子ども家庭支援センター**の事業です。

※印のイベントは、**事前申込み制**になります。

※各事業は、**感染症拡大防止策**を講じた上での開催となります。
イベント等は、**感染症の状況により、中止になることもあります。**
ご確認の上、ご参加ください。

日	曜日	内容（開催場所）
2	火	月齢グループ作り [R4 年 3 月生] ※
5	金	ヤクルトミニお楽しみ会 ※ 育児相談（保健センター） ※
8	月	ひろばミニ説明会 ※ 受付中
9	火	かるがも（福祉会館）
18	木	月齢グループ作り [R4 年 3 月生] ※
19	金	ひろばミニ説明会 ※ 受付中
22	月	抱っこひもミニ講座 ※ 受付中
23	火	栄養士ミニ講座 ※ 受付中
24	水	ひろば助産師相談 ※ 受付中
26	金	子育て講座「親子であそぼう!!」 ※

カレンダー内の事業についての問い合わせ

● 育児相談

【保健センター】子ども保健・発達支援係
☎ 574-3311

● かるがも

【社会福祉協議会】☎ 575-3226

● 8月は、おはようコックコー、カンガルー広場はお休みです。



すくすく すこやか

暑さに負けず、夏を元気に乗り切るために

① こまめに水分補給を

大量に汗をかくと脱水症状を起こし、熱中症の原因にもなります。子どもはのどの渇きに気づきにくいので、大人が気を配ってあげましょう。また、遊びに熱中していると、水分をとることを忘れてしまいがちなので、こまめな水分補給を心がけましょう。

② 皮膚のケアも忘れずに

子どもは大人よりたくさんの汗をかきます。皮膚の抵抗力も弱いので、あせもができやすくなります。こまめに汗を拭き、衣服を着替えさせましょう。タオルで拭く、シャワーで流すなどして、皮膚を清潔に保ちましょう。

③ 室内は涼しく、湿気がこもらないように

室内でも、直射日光を避け、部屋の風通しをよくして、涼しく湿気がこもらないようにしましょう。熱中症は、湿度が高ければ室内でも起こります。こまめに調節しましょう。



ファミリー・サポート・センターからのお知らせ

こんにちは、ファミリー・サポート・センターです！

ファミリー・サポート・センター支援会員研修会と育児支援サポーター講習会を同時開催し、新たに7人の支援会員と7人のサポーターが誕生しました。

ぜひ、ファミサポや育サポをご利用ください！詳細は下記までお問い合わせください。

ファミリー・サポート・センターでは、感染症拡大防止を第一として、可能な範囲内で活動を行っています。

◆ 育児支援サポーター派遣事業

⇒ 妊娠中から産後1年までのご家庭へ家事や育児のお手伝い

◆ ファミリー・サポート・センター事業

⇒ 生後2か月から12歳までの子のお預かり

【問い合わせ】 国立市ファミリー・サポート・センター
TEL : 042-571-8322



発行：国立市子ども家庭支援センター

<窓口> 月曜日～土曜日（日曜・祝日休み） 午前8時30分から午後5時

〒186-0003 国立市富士見台3-21-1
TEL : 042-573-0192
FAX : 042-574-5841
E-mail : kokasen@city.kunitachi.lg.jp

<子育てひろば> 月曜日～土曜日（木曜日午後・日曜・祝日休み）

- ・ 午前10時～12時／午後1時30分～3時30分
各時間 定員5組の入れ替え制 ←変更しました。
- ・ 利用希望日の**当日の午前9時**から電話で予約をしてください。（申込み先着順）
- ・ 国立市内在住の方に限定

事前
予約制です

<アクセス> 駐車スペースはありません。公共交通機関をご利用ください。

- JR南武線矢川駅から 徒歩8分。
- 最寄りのバス停は以下の通りです。
- 立川バス ・「富士見台第三団地」バス停すぐ
- コミュニティワゴン青柳ルート
・ 青柳ルート「第三団地・保健センター」停留所
- くにお
- ・ 国立駅北口発 国立市役所行 「富士見台防災センター」バス停 徒歩3分
- ・ 国立市役所発 国立駅北口行 「さくら通り西」バス停 徒歩6分



国立市のホームページから、支援センターの情報や『ほかほか』をご覧ください。

https://www.city.kunitachi.tokyo.jp/から「子育て支援ページ → 子ども家庭支援センター」をクリックしてください。

