



急に予想外の夏が到来！日中の厳しい暑さに比べ、朝晩は冷え込み、大人も子どもも体調には十分気を付けていきたいですね。良いお天気に誘われて、お子さんと戸外遊びに出かける際は、時折、木陰で休息をし、水分補給を必ず心がけるようにしてください。また早くも蚊など虫刺されも報告されているので、対策を是非忘れずに！

お知らせ

**第1回 出産を迎える
親の体験学習**
親子でふれあい遊び
～わらべうた～
日にち／ 6月18日(木)
時間／ 10:15～11:00
持ち物／バンダナ・室内履き・
くつを入れるビニール袋
場所／第二椎の実子供の家 遊戯室

●参加費無料！参加ご希望の方は、お電話ください。電話／0422-44-4103
(担当／竹内・阿部)

一時預かりやっています！

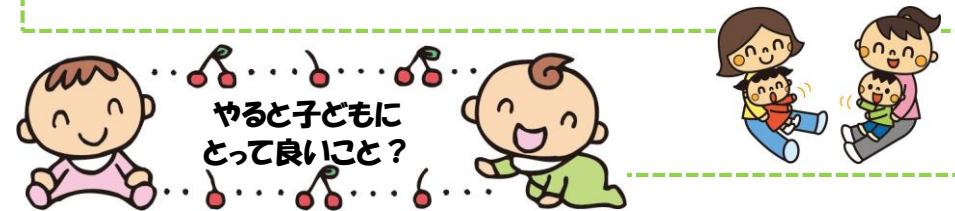
お仕事や、お子様を連れて行くことが出来ないお出かけの時、大人のリフレッシュ時間などご利用いただけます。是非、ご利用下さい。
問合せ先／0422-44-4103 (担当：宮下・阿部)



わらべうたは子どもが心地よいと感じるリズムに、きれいな日本語をのせて、昔から歌い継がれてきたものです。わらべうたを楽しむ中で、「聞く」「話す」といったことばの土台ができます。

手遊びうたは昔から慣れ親しんだ歌や、赤ちゃんの大好きな繰り返しのリズム、お歌にあわせた愉快な動きで赤ちゃんとお歌でスキンシップを楽しめます。

どちらもお子さんと楽しむことが一番の目的です。触れ合うことは、お母さんが赤ちゃんに「愛してる」というメッセージを伝えるひとつの方法です。赤ちゃんは、お母さんの温かな眼差しと優しい声と香りと温もりを充分感じるにより、愛情を感じ取ります。そして心も身体も成長していきます。



子どもにとってお母さんの愛情を受けながら、安心して真似できる歌。その中で成長し、個人差はあると思いますが、色々なことを身につけていきます。たとえば・・・

- ・歌の歌詞の中で物の名称を覚え、物への認識を育てていく。
- ・ご機嫌になり、気分の切り替え、感情のコントロールができる。
- ・自分なりのリズム感やテンポを養う。
- ・早いやゆったりのリズムに合わせて体を動かすことで感情が変化する。
- ・歌のストーリーに感情移入することで、感受性が豊かな子に育つ。
- ・ストレス解消！リズムに合わせて呼吸が整い、リラックスできる。
- ・目と耳で感じ、一緒にやる思いから手の動きに集中！集中力がつく。
- ・体を動かす楽しさを知り、行動する習慣へとつながりやすくなる。
- ・手を動かす＝脳はつながっていて、両手を使うことで、右脳と左脳のバランスが良くなる。
- ・次はこうしてみよう！と子供の中にある無限の発想力がついてくる。



夏の時期、流行に気をつけたい病気

春から夏にかけて流行する病気には気をつけていきたいですね！

今年はその流行の時期も急な暑さの影響が早まっているようです。

事前に病気の内容を把握し、適切な対処をしていきましょう。



<手足口病>

手のひら、足の裏、口のなかに小さな水ぶくれができる病気。水疱や、皮膚に豆を埋め込んだようになる場合もあります。手足口以外の部位にも出ることがあります。熱はほとんどでません。口内炎がひどくなることあるので、口の中を刺激しないような食事をしてください。熱が出て嘔吐やぐったり、減食、頭痛がするなどの症状が出る事があります。手足口病をおこすウイルスは、3種類ぐらいあり、一度なっても、また患うことがあります。

<アデノウイルス感染症>

別名プール熱、かぜのひとつですが、高い熱が5日～7日程度続きます。結膜炎を伴う場合は、プール熱とも呼ばれます。患者の咳やくしゃみから感染(飛沫感染)。また便にも排泄され、手を介しても感染します。潜伏期間は、5～7日。急な熱から始まることが多く、昼間下がり、夕方上がるなど、上下することが多いです。高熱の割に比較的元気である場合もよくあります。家庭内ではタオルの共用はしないようにしましょう。



<伝染性紅斑(りんご病)>

両頬に大きな赤い斑ができ、1～2日後に腕や大腿部に、豆粒から爪位の細かい紅斑が出現。手のひらや足の裏にまででき、約半数にかゆみを認めます。1週間位で消失しますが、運動、入浴、日光、摩擦などで再発することがあります。軽い咳や鼻水、軽い発熱を伴ったり、年長児では頭痛、咽頭痛、関節痛を生じることもあります。ウイルスは飛沫感染します。苦痛なく自然と治り、特別な治療法はありません。

<ヒトメタニューモウイルス感染症>

聞き慣れない名前ですが、実は昔から人から人へ感染し、1歳未満～2歳までの乳児・幼児に感染、10歳までにはほとんどの人が感染すると言われています。一度感染してもまた感染します。4～6日の間潜伏し、発症すると発熱、咳、鼻水と風邪症状になり、細気管支炎や肺炎、喘息に似た発作や、呼吸困難を引き起こすことがあります。手洗い、うがい、感染予防に努める必要があります。

お助け情報



急な病気、病院閉まっているし、どこに聞いたらいいの??

病院の閉まっている夜間の子どもの急な発熱や病気やケガをした場合に、「救急車を呼んだほうがいいのかな?」、「今すぐ病院に行ったほうがいいのかな?」、「どこの病院行ったらいいの?」など困ったことはありませんか? 迷った時は、「東京消防庁救急相談センター」に相談してみましょう。

電話の対応は相談医療チーム(医師、看護師、救急隊経験者等の職員)が、24時間年中無休で対応しています。

#7119 (携帯電話、PHS、プッシュ回線)

ダイヤル回線電話やつながらない場合

23区: 03-3212-2323

多摩地区: 042-521-2323



簡単おやつ

カルピスゼリー～あじさい～

●材料(5個分)

- 水 450cc
- フルーツ適量
- ゼラチン 12～15g
- 砂糖大さじ1
- かき氷シロップブルーハワイ小さじ2
- かき氷シロップいちご小さじ2
- カルピス 100cc

- 1: 水を沸騰させ、少し冷まして、砂糖とゼラチンを溶かす。
- 2: 1から大さじ4ずつ、計大さじ8とりわけ。残ったものにカルピスを混ぜ、フルーツを入れた容器に入れる。
- 3: 大さじ4の片方にはブルーハワイ、もう片方にはイチゴのシロップを入れそれぞれ平らな容器に流す。
- 4: 全てを冷やし固める。
- 5: 冷蔵庫から取り出し、シロップの二つを小さな正方形またはひし形に切る。
- 6: 二種類を混ぜ、カルピスゼリーに乗せ、フルーツを乗せ完成!



ポイント

入れるフルーツは缶詰がオススメ!
生のフルーツだと固まらないことも

<クックパッドより引用>

