

今年は梅雨もそこそこに、地球も暑さを訴えているかのような気候が続いた6月でしたね。年々、日本の四季が薄れているのではないかと思うほど、猛暑日が続く厳しい夏を体感している気がします。昔の人はよしずやすだれで陽射しを防いだり、打ち水で涼をとったり、風鈴や金魚など目や耳でも涼しさが感じられるよう工夫し夏を乗り切っていたそうです。ご家庭にある器や花瓶に水を入れ、そこにビー玉を入れたり、風船を紐で括り窓際に飾るだけでご家庭でも簡単に出来る『涼』になりますよ♪

また、子どもは大人に比べて体温が高く汗をかきやすく、遊びに集中している時や眠っている時には気付かないうちに熱中症になってしまうこともあります。先日行われた保健講座では、首の後ろや脇の下、足の付け根を冷やすと良いと保健師さんよりお話がありました。夏本番を迎える前に今一度、外出時には帽子を被ること、親子でこまめな水分補給を心掛けることを意識していきましょう。



## プログラムのご案内

- ・ 親子ヨガ 1日(月) 11:00~11:30 1歳以上親子対象 (要予約6組)  
子どもと一緒に、明るく穏やかなココロとカラダで毎日をより HAPPY にしましょう。 参加費: 400円  
持ち物: 素足で動きやすい服装、ヨガマット又はバスタオル、水分補給、汗拭きタオル
- ・ 離乳食講座 9日(火) 13:45~14:30 (要予約5組)  
当園管理栄養士が担当し、実際に味わいながら離乳食についての相談を直接話せる時間です。 参加費: 100円
- ・ アンティ・マミー 16日(火) 10:00~12:00 6ヶ月~1歳3ヶ月ぐらい対象 (要予約7組)  
子育て支援ボランティアのアンティマミー(お母さんみたいな隣のおばさん)がセンターでお子さんをお預かりします。
- ・ ホット・スペース 16日(火) 13:30~15:00 (要予約)  
お子さんの成長・発達に不安のある方、医療的ケアを必要とされている方、ちょっと相談したい方の時間です。
- ・ 園長先生の子育てワンポイントアドバイス 17日(水) 11:20~ 14:30~
- ・ アロマハンドトリートメント 18日(木) 9:30~11:30 30日(火) 13:30~15:00  
アロマの香りとタッチングの相乗効果でより深いリラックス&リフレッシュタイムを過ごせます。 参加費: 300円 (10分)
- ・ 育児講座『子どもの育ちを考えよう』 20日(土) 13:00~14:00 全年齢対象(要予約)  
日本臨床教育学会理事である広木克行先生の講演会鑑賞後、『子育て』についてみんなで語り合う時を持ちます。
- ・ ママパパ学級3日目 23日(火) 13:30~14:30 (要予約)  
初めてママになる妊娠週数16~32週の方・初めてパパになる方対象です。講座の詳細に関してはお問合せください。
- ・ 橋本先生(臨床心理士)が1日センターで過ごします。 24日(水) (相談希望の方は要予約)  
周産期心理士として家族の心に寄り添って活躍されていました、母親の心のケアをされている先生です。
- ・ おはなし会 26日(金) 9:30~10:00  
松戸市読書推進委員のおはなしボランティアさんによる絵本の読み聞かせです。
- ・ リラックスヨガ 26日(金) 13:45~14:30 妊婦さん、0歳児親子対象 (要予約6組)  
子連れok! ママの為のリラックスヨガです。 参加費: 500円  
持ち物: 素足で動きやすい服装、ヨガマット又はバスタオル、水分補給、汗拭きタオル

# 風の丘・こどもセンター

## 2024年 / 7月の予定表



松戸市大橋300-1 予約・お問い合わせ TEL(047)-375-8447(9:00~17:00)

●育児相談 8:30~17:00 (月~金)

●オープン・スペース開所時間 9:00~11:45 13:30~15:00 ●ランチタイム 11:45~12:30

	月	火	水	木	金	土
日	1	2	3	4	5	6
午前	9:00~11:00 オープン・スペース/ 園庭開放(1歳以上) 11:00~11:30 親子ヨガ(1歳以上)	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	センターお休み
午後	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	オープン・スペース 発育測定(0歳)	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	
日	8	9	10	11	12	13
午前	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	センターお休み
午後	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	離乳食講座 (妊婦さん~0歳)	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	
日	15	16	17	18	19	20
午前	海の日	アンティマミー (9:45~11:45)  (6ヶ月~1歳3ヶ月)	オープン・スペース/ 園庭開放(1歳以上)  園長先生の子育て ワンポイントアドバイス	オープン・スペース/ ハンドトリートメント  園庭開放(1歳以上)	センターお休み	育児講座(全年齢対象) 『子どもの育ちを考えよう』 13:00~14:00  風のふるさとオンラインプログラム (対象:プレママ・プレパパ・妊産婦) 『出産に備えて』 16:00~17:00
午後		ホッと・スペース	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)  園長先生の子育て ワンポイントアドバイス	オープン・スペース  (妊婦さん~0歳)		
日	22	23	24	25	26	27
午前	双子のつどい 双子・多胎児親子/妊婦さん	アンティマミー (9:45~11:45)  歩行完了~3歳の誕生日	オープン・スペース/ 臨床心理士来所 園庭開放(1歳以上)	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	オープン・スペース/ 園庭開放(1歳以上)  9:30~10:00 おはなし会	センターお休み
午後	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	ママパパ学級3日目 (プレママ・プレパパ)	オープン・スペース/ 臨床心理士来所 (妊婦さん~0歳)	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	リラックソヨガ (妊婦さん~0歳)	
日	29	30	31			
午前	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)	オープン・スペース 園庭開放(1歳以上)			
午後	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)	オープン・スペース/ ハンドトリートメント (妊婦さん~0歳)	オープン・スペース (妊婦さん~0歳)			

### みんなで輪になって『子育て』について語り合いませんか？

7月20日(土)の育児講座では、神戸大学名誉教授 日本臨床教育学会理事である広木克行先生が2019年に行った講演会を鑑賞した後、子育ての悩みや育児観などママやパパだけでなくスタッフも入って、みんなで話す時を持ちます。ママだけ、パパだけのご参加も大歓迎です！

講座についての詳細や予約は風の丘・こどもセンター(047)-375-8447(9:00~17:00)までお電話ください。

日時 : 7月20日(土) 13:00~14:00