



♪ささのはさらさら～ のきばにゆれる～ おほしまきキラ～
 7月7日は七夕です。笹飾りはとっても風情があってステキですね～♡
 子どもたちの願いごとは何かなあ～？みんなの願いごとがかないますように☆
 今年はマスク着用もあるので、水分補給をマメにして熱中症などにはくれぐれも気をつけてくださいね。
 小さいお子さんもUVクリームをつけたり、帽子をかぶったり、日焼け対策もしっかりしましょう！

みなさんが楽しめる場・リフレッシュできる場を…お気軽にご利用ください☆

当面の間、すべて前日までの事前電話申込みとさせていただきます。お手数をおかけしますがよろしくお願いします。

育児講座「親子でリフレッシュ」

小学校入学前のお子さんと保護者が対象です

親子でからだをほぐしてリフレッシュしませんか？
 お家で親子で楽しくできるストレッチも教えてもらいますよ～！

- ◆4日(土) 10:00～11:00 戸沢地域市民センター
- ◆講師：渡辺翔先生(健康運動指導士/NPO法人ベテスタ)
- ◆定員：5組程度(歩けるお子さん1人につき、保護者1人の参加をお願いします)



昨年度の様子

あそぼう!しゃべろう! わくわく広場

保育施設等に入所前のお子さんと保護者が対象です

平日ご家庭で子育て・孫育てをされているみなさんの遊びの広場です。
 広いところで遊んで、親子でふれあい遊びや手遊びを楽しみましょう。

- ◆7日(火) 9:30～11:00 戸沢保育園
- ◆定員：10組程度

身体測定もできます！
フェスタオルをお持ちください



えほんの部屋

保育施設等に入所前のお子さんと保護者が対象です

ぐんぐんのある戸沢地域を中心に小学校や学童保育などに出向いて活動されている、おしろやま図書室サポーター改め「おはなし会 おしろやま」のみなさんがぐんぐんに来て絵本や紙芝居を読んでくださいます。親子で読み聞かせを楽しみましょう♪

- ◆10日(金) 10:30～11:00 ぐんぐんの部屋(戸沢保育園内)
- ◆定員：5組程度



ぐんぐんの出前保育

保育施設等に入園前のお子さんと保護者が対象です

ぐんぐんの職員と一緒に、親子でたいそう・手遊びなどを楽しみましょう♪
 大好評の季節の工作もありますよ☆ 自由遊びの時間は10時30分ごろまでです。
 どこの地域の方でも、お気軽にどうぞ。

- ◆30日(木) 9:30～11:00 戸沢保育園
- ◆定員：10組程度

七夕の工作を準備していますよ☆



昨年度の様子

戸沢保育園内「ぐんぐん」の遊び場もご利用いただけます♪安心してご利用いただける環境を整えてお待ちしております♡

7月の子育てイベント情報

子育て支援センターぐんぐんのイベントや保育施設開放日など子育て家庭対象の交流イベントをご紹介します。

日	月	火	水	木	金	土
			1	2 ★サークル活動 もみじの手の会 浮沼公民館	3	4 ★育児講座 戸沢市民センター 10:00～11:00
5	6	7 ★わくわく広場 戸沢保育園 9:30～11:00	8	9	10 ★えほんの部屋 ぐんぐん 10:30～11:00	11
12 	13	14	15	16 ★サークル訪問 まあぶるちょこ 富本市民センター	17	18
19	20	21	22	23 海の日	24 スポーツの日	25
26 	27	28	29	30 ★出前保育 戸沢保育園 9:30～11:00	31	

★は、ぐんぐんの地域に出向いた活動・イベントです。問合せは、☎0237-56-2002までお気軽にどうぞ
ぐんぐんイベントでは、参加されているお子さんの年齢・月齢によって、終了時間を早めさせていただく場合があります。

ぐんぐん菜園はじめました!～はつか大根～

ぐんぐんでは活動休止期間中に「はつか大根」の種をまき、育てはじめました♪
 みなさんもお家で試していただけるように、牛乳パックでの栽培にしてみました。
 成長過程は、随時ぐんぐんブログに更新中です!!ぜひブログもチェックしてね!



ぐんぐん保健室 ～お子さんを紫外線から守りましょう～

皮膚のバリア機能が未熟なお子さんには特に紫外線対策が必要です。歩けるようになってきたら子ども用の日焼け止めクリームをつけて、お子さんの肌を守りましょう。皮膚に合うかどうか少量前腕につけ異常がなければ使います。アトピー性皮膚炎や湿疹がある場合は悪化させることもあるので医師に相談してから使ってくださいね。お子さんの場合、通常の外出では「SPF10～20、PA+～++」で十分です。

SPFってなに？

紫外線B波を防ぐ目安となっています。

- ★SPF20以下 → 日常生活
- ★SPF20～30 → 通常の外出
- ★SPF30以上 → スポーツ・水泳など

PAってなに？

紫外線A波の指標となっています。

- ★PA+ → 効果がある
- ★PA++ → かなり効果がある
- ★PA+++ → 非常に効果がある



ぐんぐんからのワンポイント

日焼け止めクリームをつけるときには、耳の裏側にも忘れないでつけましょう。
 耳の裏側に紫外線が当たると、真っ赤になって水ぶくれができることがありますので気をつけてね!

社会福祉法人敬愛信の会 子育て支援センターぐんぐん

村山市長善寺1636-1 村山市戸沢保育園内 TEL・FAX 56-2002
 ご来館の方は、戸沢保育園玄関にある「子育て支援センター」のインターホンを押してくださいね☆

