



わたぐもこどもセンター

だより 5月号



育児講座「夏の過ごし方」(要予約)

お電話・ネットでの予約はできません。(4/21申込み開始)

この時期に適した衣服、あせも等の肌トラブル予防や、受診のタイミング等、夏の過ごし方を保健師さんに教えていただきます。一緒に発育計測を行う予定です。

日 時 5月22日(木)

10:00~11:30

10組

場 所 わたぐもこどもセンター

内 容 保健師によるお話 発育測定

対象年齢 0、1歳児のお子様と保護者

費 用 無料

- ※ 当日、オムツを一枚お持ちください。
- ※ 開始10分前から受付となります。
- ※ キャンセルは、わかり次第お知らせください。

5月生まれ誕生日会 (要予約)

お電話・ネットでの予約はできません。(4/21申込み開始)

5月13日(火)

0歳児クラス、1歳児クラスのお友達と一緒に、お誕生日会を行います。参加された誕生日児にはプレゼントがあります。



消防訓練



5月9日(金) 10:15~

地震→火災を想定した避難訓練を行います

消火訓練もありますので、ご参加ください
消防車が見られるかも!?

子育てコラム「外遊びで免疫UP！」

日に日に暖かくなり、外遊びには絶好な季節になってきました。

わたぐもこどもセンターでは、園庭で遊ぶことができます。予定表をご覧ください。

(WBGT 暑さ指数によっては、遊べない日もあります)

保育園児は0歳児から外遊びを楽しんでいます。

《外あそびの効果》

- ・心肺機能が鍛えられる。基礎体力が養われる。
- ・太陽の光を浴びることで代謝が良くなる。(体内のビタミンDの生成)
- ・暑さ寒さを体感することで体温調整機能が発達する。自律神経が鍛えられる。
- ・ストレス発散や睡眠の質の向上も期待できる。
- ・身体だけでなく心の健康維持にもつながる。
- ・社会性が育つ。



園庭で遊ぶ際は、熱中症や怪我防止の為、必ず帽子・運動靴を着用して下さい。これからの集団生活では必ず帽子をかぶっていきますので、小さいうちから習慣づけてあげましょう。外出する時はママも帽子をかぶり、「一緒だね」などと声掛けすると効果的です。