

# ぴよんぴよん通信 7月

vol.84 2020・7



発行者  
日立市社会福祉協議会  
十王子どもの広場  
南部子どもの広場  
問合せ先 37-1122

梅雨が明ければ夏本番。お水遊びなど夏ならではの開放的な遊びを楽しめますね！  
水分補給やこまめな休息など熱中症対策をしっかりと、夏を元気に過ごしましょう。



新型コロナウイルス感染症の拡大を防止する観点から、当面の間、子どもの広場の利用方法を下記のとおりといたします。

ご不便をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。



## 十王 子どもの広場

利用日 月・火・水・金(祝日を除く)  
利用時間 午前 10時～11時30分(90分)  
午後 1時30分～3時 (90分)  
利用人数 午前、午後各回ともに3組まで  
利用方法 電話予約  
Tel080-3398-3335  
※日立市十王交流センター内

## 南部 子どもの広場

利用日 水・木・金・土(祝日を除く)  
利用時間 午前 10時～11時30分(90分)  
午後 2時30分～4時 (90分)  
利用人数 午前、午後各回ともに3組まで  
利用方法 電話予約  
Tel 080-3389-3336  
※日立市立南部図書館内

## 7月の講座

### 十王 子どもの広場



20日(月) 講座『生活リズム・夏の病気について』(託児なし)  
※講座受付開始7月13日(月)午前9時30分～  
〈会場:十王交流センター〉

### 南部 子どもの広場

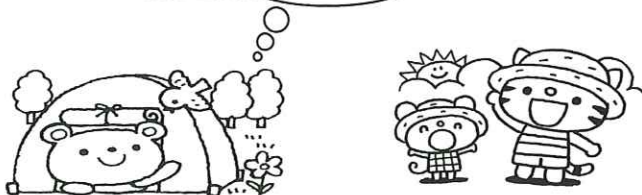
15日(水) 講座『ミュージックケア』(託児なし)  
※講座受付開始6月29日(月)午前9時30分～  
〈会場:福祉プラザ大会議室〉



～ご利用にあたって～

- ・利用当日は、検温等、健康上の確認をお願いします。発熱や風邪症状のある場合は利用をご遠慮ください。
- ・咳エチケットのため、マスク着用をお願いします。

十王子どもの広場・南部子どもの広場  
8月の講座はおやすみです。



## 手を洗いましよ

洗い方



腕まくりをし水道水で手をよく洗います。



石けんをしっかりあわだてる。



手のひらを合わせて洗います。



手の甲もよくこすり洗います。



指と指の間もしっかり洗います。



指先、爪の中を洗います。特に入念に。



手首も忘れずに。ここまで20秒かけて。



十分にすすぎます。

感染症の予防に手洗いは有効です！特に遊びの後、トイレの後、食事の前にはしっかり手を洗う習慣を身につけましょう。







## おすすめ えほん♪

『パンダおやこたいそう』

作・絵 いりやまさとし

講談社



おやこのパンダと一緒に体操します。ひざをまげて、両手をあげて、空に向かってぐーんと伸びて、たけのこの体操！立ち上がったまま、ギューツと抱っこで、ゆらゆら左右に揺れる振り子の体操！他にもさくらんぼ、花火、いもほりの体操。パンダの丸くてかわいい体。柔らかそうな毛並みが描かれていて、絵を見ているだけでも、心が温かくなっていく感じがします。

読みながら親子で一緒に体を動かせば、体も心もほぐれて笑顔になることでしょう。のびたり、ちぢんだり、おしりをくっつけたり、一緒に転がったり。寝る前のストレッチにいいですね。これからの季節は、水遊び、プール前の体操など、親子で体操コミュニケーション。ぜひ一緒に楽しんでみてください。



## 夏にはやる病気



この時期になると、ヘルパンギーナ、プール熱(咽頭結膜炎) 手足口病など、いわゆる夏風邪にかかるお子さんが増えてきます。夏の暑さやプール遊びなどで疲労がたまると、体力が低下してかかりやすくなることもあるので、休息を適度に取り入れ、体調管理には十分気をつけましょう。手洗いやうがいも忘れずに。

【典型的な症状】

・ヘルパンギーナ

・プール熱(咽頭結膜炎)

・手足口病



高熱・のどの痛み



高熱・のどの痛み  
目の充血



手と足、口の中、おしり  
などに発疹ができる

作ってみてね！



## ふうせんトランポリン！



### 用意するもの

- ・布団圧縮袋 1枚
- ・風船 適宜(ふくらまして圧縮袋に入る個数)
- ・掃除機



### 作り方

#### ① 風船をふくらませる

パンパンになるまでふくらませないで、ゴムに少し余裕があるくらいの大きさにそろえるのがポイントです！

#### ② ふくらませた風船を圧縮袋に詰める



#### ③ しっかりジップをしめて掃除機で吸引する

## 完成♪

しっかり圧縮されていれば大人が乗っても割れません！

広場では、ジャンプ！ジャンプ！したりゴロゴロしたり、皆さん色々な楽しみ方で遊んでいます。是非作ってみてください！

