

# ぴよんぴよん通信 6月

vol.107 2022・6

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



いよいよ梅雨の季節を迎えました。大人にとってはうっとうしい時期でもありますが、雨上がりの虹やくもの巣についた雨のしずくなど、少しでも自然の中の発見を、子どもたちと一緒に楽しみたいですね。



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

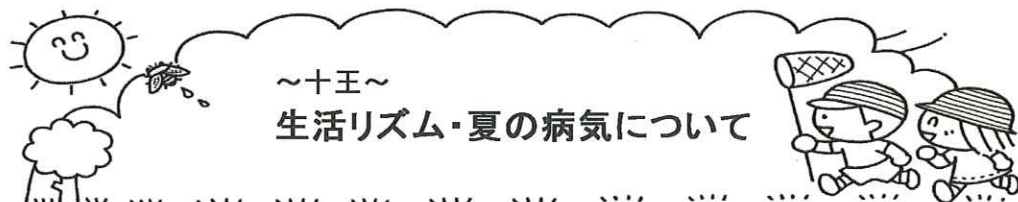
利用日 水・木・金・土(祝日を除く)  
利用時間 午前 10時～11時30分(90分)  
午後 2時30分～4時 (90分)  
利用人数 午前、午後各回ともに3組まで  
利用方法 電話予約  
TEL 080-3389-3336

※日立市立南部図書館内

### ～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。

### ～7月の講座～



## ～十王～ 生活リズム・夏の病気について

日時 7月25日(月)  
午前10時30分～正午

場所 会議室1AB

講師 健康づくり推進課 保健師

対象 乳幼児と保護者 →先着10組

内容 乳幼児の生活リズム、夏にかかりやすい病気についての講話  
身体計測、個別相談(希望者)

受付開始  
7月12日(火)午前9時30分～



※参加希望者は、申し込み(37-1122)してください。

※託児はありませんので、ご了承ください(お子さんと一緒に参加となります)

## 6月の講座

### 十王 子どもの広場

27日(月) 講座『骨盤エクササイズでリフレッシュ』(託児あり)

※受付開始 6月15日(水)午前9時30分～

<会場:十王交流センター>



### 南部 子どもの広場

23日(木) 講座『フラダンスを楽しもう!』(託児あり)

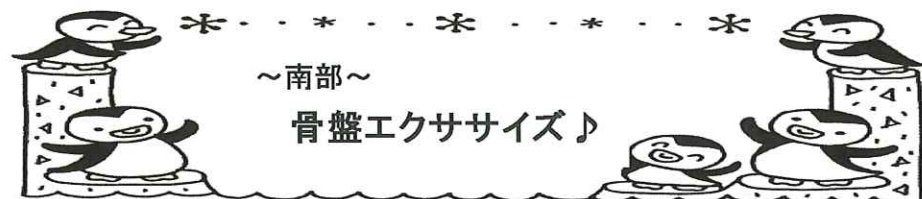
※受付開始 6月13日(月)午前9時30分～

<会場:久慈交流センター>



### お知らせ

※6月6日(月)～6月11日(土)まで南部図書館図書特別整理期間につき休館。  
それに伴って南部子どもの広場も8日(水)～11日(土)までお休みになります。



## ～南部～ 骨盤エクササイズ♪

日時 7月28日(木)  
午前10時30分～正午

場所 久慈交流センター 多目的ホール

講師 ストレッチスタジオHAYASI-YA 林 康子さん(ペルビックインストラクター)

対象 乳幼児の保護者 →先着10名

持ち物 ヨガマットまたは大判のバスタオル、フェイスタオル、飲み物

※ 動きやすい服装

参加料 無料

※参加希望者は、申し込み(37-1122)してください。

※講座の間お子さんをお預かりします(託児)→先着5名

受付開始  
7月13日(水)午前9時30分～





## おすすめ えほん♪

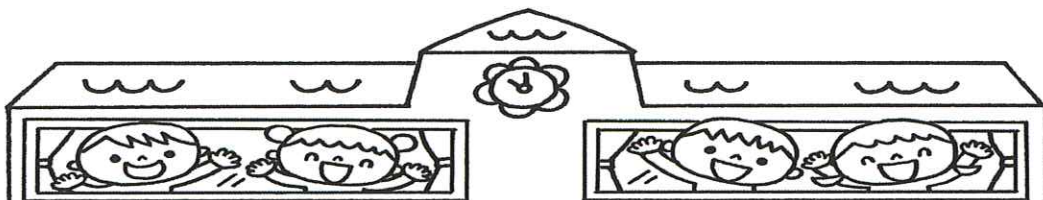


時をテーマとする絵本

『とけいのおうさま』  
作 こすぎ さなえ  
絵 たちもと みちこ

あるところに、時計の国がありました。その国の王様の顔には時計の針が付いています。「チチチチ…」と音をたてながら、長い針は一時間にぐるっと一回りし、短い針は半日かけてゆっくりと一回りします。こうして王様の時計は正確に時間を刻み、その時間に従って国中の全てのことが動いていました。王様の時計は一日に何度も時間を知らせました。8時を指せば仕事の時間を知らせ、10時を指せば散歩の時間を知らせ、12時を指せばお昼の時間を知らせ…。そのたびに国中の人々は時間に従って動きまわりました。もし従わなければ牢屋に入れられてしまうのです。国中の人が時間を守るのはもちろんのこと、王様こそは時間を一番守らなければなりません。ところが、そのはずの王様はとてものんびり屋でした。時計鳩が朝6時の体操の時間を知らせても「まだねむいよ～むにやむにや」と言って、夕方5時の本を読む時間になっても「もっと遊んでいたいなあ～」と気分がのらない様子です。王様はある日、時間を気にせずに好きなことだけする方法はないかと、考えていました。すると突然、王冠の中の鳩時計が飛び出してこのように言いました。「ぼぼぼー！このとけいがなくなればいいのさ～」…

この絵本からは、時間を守ることの大切さが伝わります。それと同時に、時間に縛られ過ぎることの窮屈さも伝わります。時間は何のためにあって、誰のためにあるのでしょうか。あらためてじっくりと考えてみた



### 時の記念日 (6月10日)

日本で初めて時計が鐘を打った日が6月10日なので、6月10日が時の記念日になったのだそうです。日本で初めての時計というのは水時計だったそうです。水槽に小さな穴を開けて漏れた水によって時間を測ったそうですよ。



## あせも予防について

本格的な暑さが訪れる前に、乳幼児の「あせも予防」について考えてみましょう。これからの季節を快適に過ごすために、どのような点に気をつければよいか、いくつかポイントを挙げてみました

- まずは清潔が第一
  - ・ 散歩やお昼寝の後に汗をかいたら、シャワーで流しましょう。特に赤ちゃんが汗をかきやすいのは、抱っこで授乳する時や寝入った時などです。チャイルドシートの長時間使用でも、起きやすいので気をつけましょう。
- 室内の環境を整える(エアコンの設定は外気温との差 3~5° c程度、湿度50%~60%が目安)
  - ・ 室内の温度や湿度に気をつけましょう。夏の暑い時期は適度にエアコンを使用し汗をかき過ぎない涼しい環境を作ってあげましょう。この時エアコンの風が身体に直接当たらない様に注意しましょう。
- 衣服は吸湿性、通気性のいい綿素材を！
  - ・ 着せ過ぎに注意し、時々背中に汗をかいていないか確認したり、頭皮の状態をチェックしましょう。衣類は大人より1枚少ないくらいを目安にしましょう。汗をかいたら小まめに着替えをしましょう。



◇ 2歳半~3歳ぐらいまでに「汗をかく能力」がある程度決まると言われています。水分を十分に摂りながら、無理のない活動で汗をかくことも大切です。体温調節が未熟な子どもたちを大人が見守りながら、この時期から熱中症にも強い身体を作ってあげたいですね。

### ~十王子どもの広場 4月の講座~ 親子でダンス♪ の様子です



講師にインストラクターの小林紀子さんを迎えて、親子で楽しめるダンスや手遊びなどを教えていただきました。子ども達がフラフープやボールを使った遊びに、目を輝かせる場面もありました。この日は、ケーブルテレビJWAYさんの来所もありましたが、和やかな雰囲気の中撮影も進み、会場が一体となって楽しむことができました！

#### ★参加したママの感想★

・子どもだけでなく、大人の体操もできてリフレッシュできました。

☆参加後のインタビューにもご協力いただき、ありがとうございました！

