

子育て情報



■問合せ

子育て支援センター(みほふれ愛プラザ内)
☎029-885-6511
午前9時30分～午後6時(水曜・日曜・祝日休業)

■子育て支援センター案内

<https://www.vill.miho.lg.jp/page/page005509.html>



乳幼児の水分補給



暑い日には、甘くて冷たい飲み物を口にしたくなりますが、とり過ぎには気をつけましょう。

甘い飲み物

糖分が多く含まれています。飲みすぎておなかがいっぱいになったり、薄味の食事に手をつけなくなって食欲低下につながります。

冷たい飲み物

のどごしはいいですが、胃腸の働きを弱めてしまうことがあります。



💡ポイント

- ・熱中症を防ぐためには、のどが渇く前に水分補給をすることが重要です。常温でよいので、水や麦茶、ほうじ茶などをこまめに飲ませるようにしましょう。また、トマトやきゅうりなどの夏野菜やスイカなどは水分を多く含み、からだを冷やす効果があります。
- ・離乳食が始まる生後5か月頃までの赤ちゃんは、母乳やミルクだけで十分です。湯冷ましなどの水分を初めて飲ませるときは、赤ちゃん用のスプーンを使って少しずつ慣れさせましょう。

～子育て支援センターからのお知らせ～

☆7月21日(火)から8月31日(月)までは夏休みスケジュールとなり、異年齢での自由遊びを楽しむことができます。

☆8月18日(火)は、ぴよぴよサロン(育児相談)を開催します。

子育てひろばのご案内

☆子育て支援センターの利用時間は、1組につき1日最長2時間までとさせていただきます。

ぴよ：ぴよぴよサロン

◇対象 2か月～12か月までのお子さん・妊婦さん

火曜日 午前10時～11時30分

★月に一度、専門のスタッフによる「育児相談(育)」を行います。

📖：読み聞かせ

◇対象 未就学児

第1土曜日 午前11時～11時20分

おも：おもちゃ図書館

◇対象 未就学児・障がいのある方

第2土曜日 午前10時～11時

😊：自由遊びの日

◇対象 未就学児

8月の子育てひろば

日	月	火	水	木	金	土
						1 📖
2 休	3 😊	4 😊	5 休	6 😊	7 😊	8 おも
9 休	10 😊	11 休	12 休	13 😊	14 😊	15 😊
16 休	17 😊	18 (育) ぴよ	19 休	20 😊	21 😊	22 😊
23 休	24 😊	25 😊	26 休	27 😊	28 😊	29 😊
30	31 😊					



ご利用の際は、お子さまの対象となるひろばをホームページや子育てカレンダーでご確認ください。状況によって子育てひろばの内容を変更する場合があります。

