

Suku Suku 子育て

保健センターで行われた「3歳児健康診査」
に集まった保護者とこどもたち。
自分で一生懸命歯を磨く姿は、
立派なお兄さんお姉さんでした♪

子育て情報BOX

産前産後サポート事業 ～ほっこりサロン～

- ☑ 外出や人と付き合うことに気がすまない、精神科に通院中の妊婦やママ
- ☑ 8月19日(火)9時30分～11時30分
- ☑ 保健センター
- ☑ 制作や茶話会、親子ふれあい遊び
- ☑ スタッフによる保育のサポート有り
- ☑ 申込 保健センターへ ☎049・271・2745 または専用フォームから



申込はこちら

ママのためのリラックスヨガ ～パパの園庭開放 同時開催～

- ☑ 就学前のお子さんを持つ市内在住の女性(妊娠中および産後間もない方は不可)
- ☑ 9月13日(土)9時45分～11時15分
- ☑ 女性センター
- ☑ 講師 辰野弥千子さん(健康運動指導士)
- ☑ ママがヨガをしている間、パパ(パパ以外の保護者も可)とお子さんは、隣の鶴ヶ島保育所の「パパとあそぼう!～パパの園庭開放～」に参加できます(参加必須ではありません)。
- ☑ 15人(応募多数の場合抽選) 料 無料
- ☑ フェイスタオル、飲み物、ヨガマット またはバスタオル
- ☑ 保育はありません
- ☑ 8月20日(水)までに専用フォームから
- ☑ 女性センター ☎049・287・4755



申込はこちら

親子の歯みがき教室(個別)

- ☑ 妊婦とその家族、乳幼児・学童とその家族
- ☑ 9月5日(金)①9時30分～10時30分②10時30分～11時30分
- ☑ 保健センター
- ☑ お口に関する相談、歯みがき指導(染出し可)、むし歯菌の多さがわかる検査(希望制)、身体計測
- ☑ 各時間1組
- ☑ 母子健康手帳、歯ブラシ、コップ、タオル
- ☑ 申込 保健センターへ ☎049・271・2745 または専用フォームから



申込はこちら

子育て講座「こどもの写真をかわいくデコレーション ～初めてのスクラップブッキング～」

- ☑ 0歳～3歳のお子さんの保護者
- ☑ 9月16日(火)10時15分～11時45分
- ☑ 女性センター
- ☑ 講師 三上由美子さん(スクラップブッキング講師)
- ☑ 簡単なキットを使って思い出の写真を装飾し、お部屋に飾れる作品を作ります(教材の一部が変更となる場合があります)。
- ☑ 15人(申込順) 料 500円(材料費)
- ☑ 写真(2～3枚)、はさみ、スティックのり、持ち帰り用袋、飲み物など
- ☑ 保育あり(1歳から3歳までの15人。申込順)
- ※ 安全を考慮し、0歳児の会場入室はできません
- ☑ 申込 8月4日(月)から鶴ヶ島子育てセンター(鶴ヶ島保育所内)へ ☎049・286・7201 または専用フォームから



申込はこちら

困ったときは・・・

● とも家庭センター 子育て・虐待・家庭の問題など
(☎049・277・6055)

● 女性・DV 相談直通ダイヤル(☎049・298・7716)

● 鶴ヶ島子育てセンター[鶴ヶ島保育所内](☎049・286・7201) 子育て

● 川越児童相談所(☎049・223・4152) 子育て・児童虐待

● 児童相談所全国共通3桁ダイヤル(☎189) 24時間 365日 児童虐待

● 保健センター(☎049・271・2745) 妊娠・出産・こどもの発達など
親子相談 8月4日(月)13時～14時 ※ 要予約

こどもと遊びながら学ぶ！災害対策のススメ

災害はいつ、どこで起こるか分かりません。保護者とこどもが一緒にいられない場面もあるかもしれません。だからこそ、どんなときでも自分の身を守るように、日常の中で“災害への備え”を遊びながら楽しく身につけてみませんか。

問 危機管理課防災危機管理担当

日常に取り入れられる遊び・体験

紙や新聞紙で作る紙食器

食事をする際に必要な食器ですが、地震発生後は割れる、洗えないなどにより不足することが多々あります。ラップなどで覆うことで繰り返し使える器を作ってみませんか。日常での小物入れや簡易ゴミ箱、おままごとのお供としても最適です。写真は県ホームページを参考に作成しています。



参考(県HP)

箱型1



使用例↑

コップ型



使用例↑

船型



使用例↑

箱型2



使用例↑

防災カードゲーム



詳細はこちら
(国土交通省国土技術政策総合研究所HP)

災害が発生したときにどう行動したらいいのかを、ゲーム感覚で学べます。国土交通省ホームページから、カードのデータをダウンロードすることができます。

シェイクアウト



家庭で取り組みやすい避難訓練です。保護者が「火事だよ」と言ったら、こどもは身を低くして鼻と口にハンカチを当てる、「地震だよ」と言ったらテーブルなどの下に入るなど、災害の種類によってどのような行動を取ったら良いのかを確認できます。

真っ暗でも生活できるかな？



停電により急に真っ暗になると、こどもは恐怖からパニックになることがあります。就寝時以外に暗い中での生活を経験することで、停電時でも落ち着いて避難できるようになります。ヘッドライトを使った避難の練習をしたり、手作りランタンを一緒に作ったりするのもいいですね。

手作りランタンの作り方



材料

- ・ペットボトル 1本
- ・水 ペットボトルの容量分
- ・ライト(懐中電灯、スマホのライトなど) 1個
- ・牛乳または洗剤 少量

作り方

- 1 ペットボトルに水、牛乳または洗剤を入れて混ぜる
- 2 ペットボトルに接するようにライトを当てたら完成

おでかけバッグは災害用バッグにもなります！

散歩などで使用しているいつものバッグは、ちょっと中身を追加するだけで災害用のバッグに大変身します。

また、賞味期限があるものや消耗品などは、「ローリングストック(普段から少し多めに買って置いて、使った分だけ買い足すことで常に一定量を備蓄しておくこと)」を活用して、味や使用方法に慣れておきましょう。

普段のバッグの中身

- ・着替え
- ・おむつ
- ・おしりふき
- ・おやつやミルク(飲み物)
- ・ほ乳瓶
- ・おもちゃ
- など



+ more !

- ・母子手帳
- ・着替え+1セット
- ・歯みがきシート
- ・使い捨てほ乳瓶
- ・家族写真(身元判別に役立ちます)
- ・常温でそのまま飲める液体ミルク
- ・両手持ちできるコップ(普段使用しているもので可)
- ・非常用笛(コルクが入っていないもの)
- ・こどもがお気に入りのおもちゃ
- など