



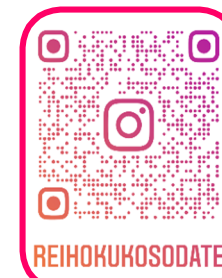
荇北町社会福祉協議会
荇北町子育て支援センター
熊本県天草郡荇北町志岐32番地3
TEL (0969)31-1365
FAX (0969)31-1365

開設日 月～金の毎日（祝日を除く） 対象 子育て中の保護者と子ども
子育て中のママのみ
マタニティママ
開設時間 午前9時30分～午後3時 利用料 町内 100円
町外 200円
場所 荇北町新ふれあい館
* お悩みやご相談があるときは、お気軽にお電話もしくはご来館ください



公式LINEとInstagram
の友だち追加・フォローを
お願いします♪

ID:574vnugv



7月の行事予定

3日(月)～6日(木) セタ飾り製作
(お好きな日・時間にどうぞ)
7日(金)10:15～ セタクッキング
20日(木)13:00～14:00 骨盤底筋トレーニング
27日(木)10:30～11:30 助産師さん講話

※予約受付

クッキング→6日(木)まで

骨盤底筋トレーニング→19日(水)まで

助産師さん講話→26日(水)まで

行事の詳しい内容などその都度Instagramでお知らせします。
たくさんのご参加をお待ちしています！

6月のクッキング

- ☆パパッと簡単！絶品カレーピラフ
- ☆濃厚クリームチャウダー
- ☆甘辛♡香ばしチキン＆ポテト
- ☆トマトときゅうりのさっぱりサラダ



おやつ作り～ワッフル～



えほんの
しょうかい



はなびドーン

作 カズコ・G・ストーン
出版社 童心社
¥1,045（税込）

「ドドドーン」など、様々な音
とともに打ちあがる鮮やかな花
火。色や音が楽しい絵本です。

骨盤底筋トレーニング



助産師さん講話
☆タッチヨガ☆



はじめまして



お誕生会

☆おめでとうございます☆



育児情報

赤ちゃんの

夏に気をつけたい皮膚トラブル

赤ちゃんの表皮の厚さは大人の半分。そのため、バリア機能が低く外部刺激に敏感です。また、汗っかきでもあるため夏は普段とは違ったお肌のケアが必要になってきます。

あせも

汗をたくさんかくことで、汗が汗腺に詰まって皮膚炎を起こします。おでこ、首、腕、オムツの腰部分などにできます。

★あせもができたなら…シャワーや入浴でしっかり汗を流し、清潔を保ちましょう。洗った後はしっかり保湿をしましょう。

●予防法●

赤ちゃんが汗をかいたら、こまめに拭いてあげましょう。シャワーでサッと体を洗い流すのも効果的です。汗をかいたままにしないように気をつけましょう。

日焼け

日焼けをすると肌が軽いやけど状態になり、ヒリヒリした痛みを感じます。水疱ができることもあります。

★日焼けをしたなら…保冷剤を包んだタオルで日焼けした部位を冷やしたり、ぬるいお風呂に入れてあげると良いでしょう。水疱ができたり、痛みがひどかったりする場合は受診しましょう。

●予防法●

洋服や帽子、ベビーカーの日よけなどで紫外線を浴びすぎないように注意しましょう。日焼け止めは外出が増える生後3～6ヶ月ごろから使用するのが望ましいようです。赤ちゃんに合ったものを選ぶようにしましょう。

とびひ

虫刺されや湿疹、あせもなどで皮膚をかきむしった傷にばい菌が入ることで起こります。強いかゆみがあり、かいて水疱が破れると体の他の部分にも広がっていきます。

★とびひになったら…他の場所に菌が広がる前に受診しましょう。

●予防法●

皮膚を清潔に保ちましょう。爪切りをこまめにしておくことも大切です。虫刺されや湿疹などかゆみの出る皮膚症状がある時は、かゆみ止めを塗るなど患部をかきこわさないようにしましょう。

ハッピーハーフバースデー♪

支援センターでは、赤ちゃんの満6ヶ月のお祝いに手型足型をプレゼントしています。また、写真撮影用の衣装もあります。利用料のみでOK、予約不要です。都合のいい日に来られてくださいね。お待ちしております♪

