



〒北町社会福祉協議会  
〒北町子育て支援センター  
熊本県天草郡北町志岐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  
※月1回 土曜日 開所 子育て中のママのみ  
マタニティママ・パパ  
開設時間 午前9時30分～午後3時 利用料 無料  
場所 北町新ふれあい館 サポート料(一時預かり) 1時間100円  
※町内居住者のみ利用可 30分延長ごとに50円追加  
\* 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

- 1日(火)～7日(月) セタ飾り製作 (お好きな日・時間にどうぞ)
  - 10日(木)10:15～ クッキング ※要予約
  - 12日(土)10:00～12:00 パパトコ コラボ企画 「ベビーマッサージ」 ※要予約
  - 15日(火)10:30～12:00 美容講座 「夏をのりきる紫外線対策」 ※要予約
  - 17日(木)13:00～14:00 骨盤底筋トレーニング ※要予約
- 7月の土曜開所日は、12日です。

7/1(火)より予約受付開始します!

※LINE・Instagram・電話などで申し込みできます。

- ☆クッキング 7日(月)まで (材料費:大人1名300円・子ども1名100円)
  - ☆美容講座 14日(月)まで
  - ☆骨盤底筋トレーニング 16日(水)まで
- 行事の詳しい内容など、Instagramでお知らせします!

7月12日(土)パパトココラボ企画  
「ベビーマッサージ」のご予約はこちらへ↓  
NPO法人子育てネットワーク わ・わ・わ  
☎080-2741-6382

クッキング

- ☆ピビンバ
- ☆わかめスープ
- ☆ニラ入りチヂミ
- ☆チョレギサラダ



骨盤底筋トレーニング



はじ め ま し て



育児情報

赤ちゃんの熱中症

Q. 赤ちゃんの熱中症の特徴は?

A. 機嫌が悪い、元気がない、顔が赤く体が熱い、おむつの濡れが少ない(排尿が少ない)、母乳やミルクをいつもより飲みたがる、嘔吐などの症状が現れます。

Q. 熱中症かも?と思ったときのケアは?

A. 涼しい場所に移動して衣類を1枚脱がせゆるめ、風を送ります。保冷剤や冷えたペットボトル、タオルで首やわきの下、太ももの付け根などを冷やしましょう。濡れタオルで体を拭いてあおぐのも効果的です。

また、母乳やミルク、赤ちゃん用のお茶で水分補給をしましょう。可能であれば、赤ちゃん用の経口補水液での水分補給が望ましいです。

Q. 病院へ行くタイミングは?

A. 発熱して冷やしても熱が下がらない、汗が出なくなり手足は冷たい、呼びかけても反応が鈍い、6時間以上排尿がないなどの症状があるときは、病院を受診しましょう。

熱中症は重症化が怖いですが、未然に防ぐことができます。屋外では、気温に合わせた服装で帽子をかぶせて直射日光をさけましょう。ベビーカーは道路に近く熱を受けやすく、風も当たりにくいので、保冷シートなどを活用し熱中症対策を心がけましょう。また熱中症は室内でも起こり得ることなので、エアコンや扇風機を適切に活用し、赤ちゃんも大人も楽しい夏を過ごしたいですね。

えほんのしょうかい

まるまるころころ

絵本を左右に傾けると、丸いかけが左へカタカタ、右へカタカタと動き出すしかけ絵本。

絵柄の変化やカタカタ鳴る音を楽しみながら、大人も子どもも夢中になって遊べる1冊です。



ささがわ いさむ 作  
かしわら あきお 絵  
出版社/学研プラス  
価格/¥1,320(税込)



♡おやつのパフェ♡