



【8月の休館日】
毎週日曜日
11日(火)

佐賀市子育て支援センター「ゆめ・ぽけっと」
〒840-0826 佐賀市白山2丁目7番1号
TEL0952-40-7287
FAX0952-28-2911
【開館時間】10:00～17:00



いつの間にかセミの声が聞こえ始め、いよいよ夏本番！水遊びをしたり、アサガオやヒマワリの花に触れたりして、夏を感じていきたいものです。夏野菜を食べてエネルギーをつけ、室温調整や、こまめな水分補給を行い、熱中症等に気をつけて夏を乗り切りましょう！



ウォーターマットで暑さを吹き飛ばそう！

ゆめ・ぽけっとには、ひんやりした感触が子どもたちに大人気の「ウォーターマット」があります。ひんやりとした感触だけでなく、水の中でキラキラ光ったりユラユラ動いたり視覚的にも楽しむことができるおもちゃです。水で体が濡れる水遊びとは一味違う、体が濡れないウォーターマットで涼を感じませんか。家庭でも100円均一で材料を揃え、作ることができますよ。

チャップチャップ気持ちいいね♡



材料

- ・好きな大きさの圧縮袋1枚 or フリーザーバック2枚
- ・幅広透明テープ
- ・尖っていない中に入れるもの
(キラキラテープ、ポンポン、好きなイラスト、食紅等)
- ・水
- ・段ボールなどの台紙

作り方

- ① 好きな大きさの袋の中に、尖っていない中に入れるものと水を適量入れる。
- ② ジッパー部分を折り返し、幅広透明テープで留める。
- ③ 段ボールなどの台紙に、水の入った袋4辺を留めて固定して完成♪

夏野菜を食べて元気モリモリ

夏野菜には、水分を含み体を冷やす働きがあります。トマトやキュウリ、ピーマン、ゴーヤ、などがあります。献立に悩んだときは、ぜひ意識的に取り入れ、野菜パワーで夏を乗り切りましょう。ゆめ・ぽけっとでは、月に2回の栄養相談を実施したり、『子どものレシピ集』を置いたりしています。ぜひ足をお運びくださいね。



忘れ物にお気を付けください

水分補給用の水筒や、コインロッカーに使用する100円玉、ハンカチ、傘などの忘れ物が増えています。お帰りの際は、持ち物の確認をよろしくお願いします。また、同じ水筒やハンカチをお持ちの方もいらっしゃると思いますので、記名のご協力をお願いします。





ゆめ・ぽけっと

8月の予定



日	月	火	水	木	金	土
		公民館に支援に行く日です。			10時～15時	1 ファミリーフェスタ ～なつまつり～
2 休館日	3	4 【受付日】 プレママ・パパサロン	5 ぽけっとタイム 開成ど・れ・み	6 【受付日】 マタニティサロン	7 栄養相談・ 離乳食相談	8
9 休館日	10	11 休館日	12 ぽけっとタイム	13	14	15
16 休館日	17	18 双子・三つ子サークル グリーンピース	19 ぽけっとタイム 高木瀬赤ちゃん サロン	20 久保泉すくすく くらぶ	21	22 プレママ・パパサロン
23 休館日	24	25 マタニティサロン 【受付日】 サガンパパサロン	26 ぽけっとタイム 北っこスマイル	27	28 栄養相談・ 離乳食相談 北川副くぐく friends	29
30 休館日	31					



8月・9月の講座申し込みについて



講座名	講座の内容	申し込み開始日・方法
8/1(土) ファミリーフェスタ ～なつまつり～	魚釣りごっこ・わなげ・的当て・ すいか割りごっこ・絵本の読み聞かせ・など	申し込み不要
8/7(金) 8/28(金) 栄養相談・離乳食相談	保育幼稚園課の管理栄養士による相談日	当日 13:20～ 来館受付
8/22(土) 「プレママ・パパサロン」	助産師の講話、沐浴・妊婦・抱っこ体験 <u>対象</u> 初めて出産されるご夫婦	8/4(火)10:00～ TEL・来館受付
8/25(火) 「マタニティサロン」	フリートーク(沐浴、抱っこのミニ体験も♪) <u>対象</u> 妊娠中のお母さん	8/6(木)10:00～ TEL・来館受付
9/5(土) 「サガンパパサロン」	「よーいどん！パパと一緒に運動会♪」 <u>対象</u> お父さんと未就学のお子さん	8/25(火)10:00～ TEL・来館受付
9/8(火) ゆめ・ぽけっとデビューの日 「おいで おいで」	<u>対象</u> おおむね2ヵ月～ハイハイ前くらいのお子さんとその保護者	申し込み不要
9/11(金) 9/25(金) 栄養相談・離乳食相談	保育幼稚園課の管理栄養士による相談日	当日 13:20～ 来館受付
9/17(木) 「ママの手は魔法の手」	赤ちゃんの肌に触れスキンシップを行う講座 <u>対象</u> 開催日に3～7ヵ月の乳児・ 初めて受講される方	9/3(木)10:00～ TEL・来館受付