



魚津市子育て支援センターだより

のびのび通信



No.175



8月

令和8年7月末発行
魚津市子育て支援センター
Tel 24-0415

8月は、夏祭りや花火、お盆の帰省など楽しいことが続きますね☆また同時に、暑さによる体力消耗や、お盆休みによる生活リズムの変化などで体調を崩しやすくなります。熱中症予防のため、水分補給を忘れずに、食事と休息をしっかりととりながら、今年の夏も元気に楽しく乗り切りましょう♪

おうちで
やってみよう♪

暑い日は無理せず、涼しい室内で水遊びや感触遊びなど、夏ならではの遊びを楽しんでみましょう
赤ちゃんは体温調節が未熟なので、冷えすぎないように気をつけながら遊ぶのがおすすめです

水を触ろう

袋に入れて触ると安心です
食紅で色をつけてもかわいいですよ

水を触ろう

洗面器などの入れ物に少しだけ水を入れて、コップや
スポンジ、おもちゃを浮かべて遊びます
足だけ入れるのも気持ちいいですよ～
※少量の水でも必ず大人が付き添ってください



つめたいスポンジ

冷たい水にスポンジを浸し、
顔以外の手や腕で感触を
楽しみましょう

風あそび

うちわであおいであげたり、扇風機の風で
リボンやスカーフを揺らしたりして風を感じて
涼みましょう

15～30分程度でも十分
楽しめますよ
赤ちゃんの様子を見ながら、水分
補給や室温(目安26～28℃)にも
気を配って、安全第一で楽しんで

広場で一緒に
楽しもう♪

かんたんひんやりあそび **8月7日(金) 10:00～11:00**

のびのび広場でも屋内でできる、「つめたいね～」と感じられる遊びを楽しみましょう
持ち物:着替え タオル 水分補給のお茶など

『のびのび広場』予定表

☆親子で自由にご利用ください。(利用時間…9:00～12:00、13:00～16:00)☆

月曜日			火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		
	AM	PM		AM	PM		AM	PM		AM	PM
8月3日	助産師相談 身体計測 		8月4日	たっちアート 		8月5日	保健師相談 ※11:30まで 	〈4か月児健診のためお休み〉 	8月6日	My Sweet Baby 撮影日 ※11:15まで 	〈5歳児健診のためお休み〉 
8月10日	助産師相談 身体計測 		8月11日	〈山の日〉 		8月12日			8月13日	〈お休み〉 	
8月17日	助産師相談 身体計測 		8月18日	栄養士相談 ※11:30まで 	〈1歳6か月児健診のためお休み〉 	8月19日	赤ちゃん広場 		8月20日	製作日 ※先着10組まで 	
8月24日	助産師相談 身体計測 		8月25日	園に関する相談日 		8月26日	〈セター事業〉 	〈セター事業〉 	8月27日	※11:30まで 	〈セター事業〉 広場2F 
8月31日	助産師相談 身体計測 ※11:30まで 	〈セター事業〉 広場2F 	9月1日			9月2日	保健師相談 ※11:30まで 	〈4ヶ月児健診のためお休み〉 	9月3日	My Sweet Baby 撮影日 ※11:15まで 	〈5歳児健診のためお休み〉 
									9月4日		

<マークの見方>

※8/13(木)14(金)の2日間、広場はお休みになります。



会場・駐車場ともに使えます。



駐車場が混雑します。
または、小さいお子さん向けの事業と
広場を一緒に行います。



駐車場が大変混雑します。
また、会場が2階になることが
あります。

駐車場での盗難、事故等に関しては、当センターでは一切の責任を負いかねますので、ご了承下さい。