

吉備中央町
子育て支援拠点

子育てひろば 「ゆう」だより 2026年 7月号

7月のひろば



月	火	水	木	金	土	日
<p>♥印は参加制限があります。 ★印は予約が必要です。</p> <p>移動図書館 こっぴり号が来ます 身体計測できる日</p>		1 freeDAY 午前のみ (9:00~12:00)	2 ★おでかけひろば in円城こども園 身体計測DAY (9:00~11:30)	3 遊ぼう・話そう	4	5 アイス
6 遊ぼう・話そう	7 井戸端会議 たなばた会 遊ぼう・話そう 12:00~	8 freeDAY 午前のみ (9:00~12:00)	9 ♥★親子ふれあい教室 遊ぼう・話そう 12:00~	10 作ってみよう♪ 遊ぼう・話そう	11	12 アイス
13 絵本の日 遊ぼう・話そう	14 freeDAY 午後から開設 (12:00~16:00)	15 すくすく教室	16 遊ぼう・話そう	17 ♥★プレママ・パパ たまごくらぶ 遊ぼう・話そう 12:00~	18	19 アイス
20 海の日	21 ★お母さんと 赤ちゃんのからだの話 遊ぼう・話そう	22 freeDAY 午前のみ (9:00~12:00)	23 遊ぼう・話そう	24	25	26 アイス
27 ヨガ 遊ぼう・話そう	28 freeDAY 午後から開設 (12:00~16:00)	29 freeDAY 午前のみ (9:00~12:00)	30	31 遊ぼう・話そう		

※ひろばの参加予約もウィラアプリからできます。
予約が必要な行事（要予約・★の印がある行事）に参加したい方はアプリ
をご利用ください。電話またはひろばでの予約受付も引き続き行っています。

※freeDAYはひろばのスペースを開放し
ています。親子で自由に遊んでください。
毎週水曜日午前のみ
第2・4火曜日午後のみ

～お知らせ & お願い～

- ハンカチやタオル・赤ちゃんが寝たときに使うブランケットなどは各自ご持参ください。
- 換気・空調管理のため 扇風機を回したり窓を開けたりしています。

◇天候や講師の都合などにより予定変更や中止になることがあります。
(午前9時の時点で警報が出ている場合は、安全のためひろばは閉まります。
午前9時までには警報が解除された場合は開きます。)

◇お家で健康チェックをして、体調が悪い時は利用をお控えください。

天気の良い日は水遊びも楽しめます(行事の時間以外で)お座りができるようになったくらいのおともだちから楽しめます。着替えやタオルなどご持参ください。



◆お問い合わせ◆

子育て支援センター (0866) 56-7301
吉備中央町吉川1134-1
子育て推進課 (0866) 54-1328

子育てひろば

子育てひろばは、町内在住の親子が利用できる場所です。
●ひろばは、月・第1・3火・木・金曜です。
どの曜日も利用できる時間は9:00~14:00です。

- 【FreeDAY】
 - 第2・4火曜日(12:00~16:00)
 - 毎週水曜日(9:00~12:00)
- FreeDAYの日は、ひろばの部屋や園庭を開放していますので親子で自由に遊べます。

ひろばの日やFreeDAYが変更になることもありますので「ゆう」だよりをチェックしてね。

♥★おでかけひろば★♥

in円城こども園 要予約

2日(火) 9:00~11:30

今月は円城こども園に行かせてもらいます。園のホールや園庭で遊びます。小さいお子さんの遊ぶスペースもありますので、みんなで遊んだりお話ししたりしましょう。水分補給できるもの、着替えなど各自必要なものを持ってご参加ください。
※現地集合・現地解散になります。

参加希望の方は予約をお願いします。
お子さんの身体計測ができます。母子手帳を持ってきてね。

●井戸端会議 ～たなばた会～ 要予約
7日(火) 10:00~11:00

家庭教育支援チーム「ご近所さん」の方が来てくださいます。チーム員の方と一緒にたなばた会をします。みんなで歌ったり、お話を聞いたり楽しい時間を過ごしましょう。ぜひご参加ください。

準備の都合上参加希望の方は予約をお願いします。

●作ってみよう♪ 要予約
10日(金) 10:00~11:00

親子でも、お家の人だけでも楽しめる工作の日です。今月は描いたり、切ったり、貼ったり楽しい製作活動ができます。

●絵本の日●
13日(月) 10:30~11:00

お家の人のお膝で聞ける絵本の時間は子どもにとって最高の時間！どんなお話が聞けるかな？親子で絵本の世界を楽しんでください。読み聞かせボランティアの方が来てくださいます。

♥★親子ふれあい教室★♥

9日(木) 要予約
9:30~11:30

詳しくは保健課または支援センターへお尋ねください。
参加希望の方は予約が必要です。

♥★すくすく教室★♥

15日(水) 要予約
9:00~11:45

詳しくは保健課または支援センターへお尋ねください。
参加希望の方はご予約ください。

♥★プレママ・パパ たまごくらぶ★♥

～親子ふれあい遊び～ 要予約

17日(金) 10:00~12:00

妊婦さんから1歳までのお子さんがいるご家族が集まる日です。上のお子さんも一緒に参加できます。今月は町内在住の武田由貴さんが来てくれます。親子ふれあい遊びをします。ぜひご参加ください。

参加希望の方は予約をお願いします。
お子さんの身体計測ができます。母子手帳を持ってきてね。

★お母さんと赤ちゃんのからだの話★

～聞いてみよう 靴選びのコツ～ 要予約
21日(火) 10:00~12:00

乳児健診でお母さんたちのからだの相談を聞いてくださっている からだの専門家 濱田由紀さんがこどもの靴選びのコツをお話してくださいます。

からだを支えてくれている小さな足。こどもの足にちゃんと合った靴を選んであげたいですね。自分の足に合った靴を履くということは、運動機能や姿勢・パフォーマンスに大きく影響してきます。ファーストシューズを選ぶときや靴を買い替えるときに参考になるお話が聞けるとおもいます。

準備の都合上、参加希望の方は予約をお願いします。

●ヨガ●
27日(月) 10:00~11:00

町内在住の伴野真理さんが教えてくださいます。赤ちゃんや小さいお子さんが一緒でもできるヨガです。みんなで体を伸ばしたり、呼吸を整えたりして、毎日の生活で凝り固まった体をほぐし、リフレッシュしましょう。運動のできる服装で来てください。妊婦の方は医師に相談されてからの参加をおすすめします。

子育てMEMO



知っておきたい！こどもに多い「夏の感染症」と水分補給のコツ

夏が近づいてきました。この時期に流行する「夏風邪（手足口病やヘルパンギーナなど）」は、のどに強い痛みが出るのが特徴です。特に0～3歳頃の子どもは、のどの痛みから水分・ミルクを拒否し、脱水症を起こしやすいため注意が必要です。代表的な夏の感染症と、お家でできる「水分補給の工夫」をお届けします。

★ 夏に気をつけたい4つの感染症

手足口病：手・足・口の中・お尻に水ぶくれができます。熱は微熱程度が多いですが、口の中が痛んで機嫌が悪くなります。



ヘルパンギーナ：突然39度前後の高熱が出て、のどの奥に水ぶくれが多数できます。ツバを飲み込むのも辛いほどの激痛です。

咽頭結膜熱（プール熱）：高熱が数日続き、のどの痛みと、目の充血や目やにが出ます。感染力がとても強いです。

RSウイルス感染症：近年は夏にも流行。1歳未満の赤ちゃんは重症化しやすく、「ゼーゼー」と苦しそうな呼吸になります。



★ のどが痛いときの「水分補給」5つの工夫

夏風邪には特効薬がなく、お家での水分補給が一番の治療です。のどが痛いときは、試してみてください。

「冷たくて・のど越しの良いもの」を選ぶ

温かいものはのどを刺激します。少し冷やした麦茶、白湯、リンゴジュース、子ども用イオン飲料がおすすめです。



酸っぱいもの・塩辛いものは避ける

柑橘系のジュース（みかん・レモンなど）や、塩気の強いスープ、トマトなどは傷口にしみるため嫌がります。

「1回に小さじ1杯」を小まめに

コップやストローでゴクンと飲むと激痛が走ります。スプーンや小児用シリンジ（スポイト）を使い、1回あたり小さじ1～2杯（5～10ml）の量を、5～10分おきに何度も小まめに与えましょう。

ゼリーやプリンで水分を摂る

水分を受け付けなときは、ゼリー、プリン、市販の離乳食ジュレ、冷ましたお粥や豆腐などが大活躍します。つるんとしたのど越しで、栄養と水分を同時に補給できます。

授乳・ミルクは「少しずつ、回数を分けて」

赤ちゃんが一度にたくさん飲めないときは、1回の授乳時間を短くし、回数を増やしてトータルの量を確保します。

体調を崩した時やかかった後のおでかけどうしたらいいか迷いますよね。周りの人へ感染を広げないために、いつもと違って「熱がある」「元気がなく機嫌が悪い」「体にポツポツ（発疹）が出ている」という時は、無理をせずおうちでゆっくり休んでくださいね。体調が回復してどうしようか迷ったときは、かかりつけの病院の先生に相談するなどしましょう。今年の夏もみんな元気に笑顔で乗り切りましょう！

子育て支援センター はぴはぴ
開館 平日 8:30～17:00

子育てひろば「ゆう」

一時保育

誰でも通園

家庭教育 支援チーム
活動拠点

一時保育・誰でも通園
詳しくはお尋ねください。

子育て支援センター「はぴはぴ」では、吉備中央町で子育てをしているみなさんがハッピーな気持ちで子育てできるよう妊娠中からサポートしています。どうぞ、お気軽にお立ち寄りください。

吉備中央町子育て支援拠点
子育てひろば「ゆう」

開催日：月・第1,3火・木・金曜日
水曜日9:00～12:00・第2,4火曜日12:00～16:00は、ひろばで自由に遊べます。
開催時間：9:00～14:00

利用対象者：町内在住の小学校就学前のお子さんと保護者の方、妊婦さん

内容：

- ・遊び場の提供
- ・子どもや保護者同士の交流の場
- ・子育てや発達についての相談
- ・子育てや地域の情報提供
- ・保護者のリフレッシュできる講座
- ・子育てに関する講座

開催時には、ひろばスタッフがいます。時々、保健師・栄養士・看護師・家庭教育支援員などもいます。

などなど・・・

お知らせ

おまつりごっこ

9月1日（火）

詳しくは8月号で

★ 移動図書館「こっぴり号」★

毎月第1・3水曜日（7/1・15）
11:20～11:50
場所 子育て支援センター 玄関前

*本の貸出ができます
(大人の本も子どもの本も来ます)

返却は次回のこっぴり号・図書館又は公民館へ。
⑤返却本を支援センターでお預かりすることはできません