



朝晩は涼しくなりましたが、まだまだ残暑の厳しい日が続いています。気温差で体調を崩しやすい時期なので、こまめに水分補給を行い健康に気をつけて過ごしていきたいですね。

「今年の夏は、コロナが気になるし、暑すぎて外出するのがしんどかった。」「家でずっと子どもと一緒にいると大変で、自分自身がイライラしてしまうこともあった。」というお母さんの話を聞きました。このような気持ちになることは子育て中にはよくあることと思います。時には、大人が肩の力を抜くことも大切です。親が楽になると、子どもも楽になり、家庭の雰囲気も次第に和んできます。生活する場（部屋）をちょっと変えたり、人と話したりして気分転換することも、時には必要です。そうすることで、自分の心にも余裕が出てきます。自分なりのストレス発散の方法が見つかるといいですね。お子さんの笑顔、保護者の方々の笑顔が日々増えるように支援センターを利用してもらえると嬉しいです。

### 子育て支援センター『ペンぎん・はうす』の利用について

- 未就園児をもつ親子・家族なら、どなたでもご利用いただけます。
- 「ペンぎん・はうす」は、親子の自由な遊び場として利用できます。お部屋は9:00～12:00、園庭は9:00～15:00です。
- 1ヶ月に1回程度、年齢別の子育てサークル「とことこ」や、異年齢での集まり「おやこひろば」の日を設けています。「とことこ」＝0・1・2歳児別の親子の集まりで、季節の遊びなどをします。「おやこひろば」＝0～3歳までの親子の集まりで、異年齢で親子のふれあい遊びや育児講座などをします。
- 水分補給のための飲み物などは、各自ご持参ください。
- 警報発令時・感染症流行時など、また、園行事などで部屋が使えないこともあります。ご了承ください。



### 新型コロナウイルス感染拡大防止対策に伴う対応についてのお願いとお知らせ

- ◎子育て支援センター『ペンぎん・はうす』を利用する時は、事前に自宅にて親子で検温をしてから遊びに来てください。
- ◎保護者の方は、マスクを着用し、お部屋に入る前は、手指を消毒してから遊んでくださいね。
- ◎3密を避けるために、人数制限をさせて頂くこともありますので、ご了承ください。今後も、以上のことについてご理解・ご協力いただきますよう、よろしくお願い致します。

～地域乳幼児相談～ 9月11日（金）10:00～11:00  
西条市の保健師さんや栄養士さんに来ていただき、幼児の食事についてお話していただきます。その後、子どもさんの健康面、食事のこと、子育てで困っていることなど、いろいろと相談ができます。この機会に、ちょっと聞いてみたいことを話してみませんか。“ペンぎん・はうす”はいつもどおり利用できます。（予約はいりません。）



## 子育て相談のお知らせ

★講師：医療カウンセラー  
船戸智寿子先生

★日時：9月12日（土） 10:00～12:00  
★場所：河北こども園 ペンぎん・はうす

主に子育て中の方を対象に、教育・発達・医療面なども含めて相談に応じられます。どなたでも利用できます。毎日の育児についての悩みなどちょっとお話してみるだけで、気分もスッキリすると思います。些細なことでも大丈夫です。

お気軽にご相談ください。秘密は厳守されます。

★相談時間は一人30分程度で、予約にまだ空きがありますので、事前にご連絡ください。  
子育て支援センター『ペンぎん・はうす』  
TEL0898-66-5127までご連絡ください。

ペンぎん・はうす 9月の予定						2020年	
月	火	水	木	金	土	日	
	1 🐼	2 🐼	3 🐼	4 🐼	5	6	
7 🐼	8 「とことこ」 0歳児	9 🐼	10 🐼	11 🐼 地域乳幼児相談会	12 子育て相談 講師：船度智 寿子先生 要予約 	13	
14 🐼	15 🐼	16 🐼	17 🐼	18 おやこひろば	19	20	
21	22	23 🐼	24 🐼	25 🐼	26 	27	
28 「とことこ」 1.2歳児	29 👑	30 🐼			👑 ハッピーバースデー 9月生まれのお友達のお誕生会（予約なし）		

**子育てサークル『とことこ』**  
(年齢別に集まる会)  
時間 10:00～11:30

★0歳児・・・9月8日（火）  
「ゼリーを触って遊ぼう」  
ゼリーに色をつけたものを用意しています。手で触って冷たさを感じたり、握ってつぶしてみたりして自由に感触を楽しんで親子で遊んでみませんか。

★1. 2歳児・・・9月28日（月）  
「スライムであそぼう」  
ムニムニと手の中でいろいろな形に変わるスライムを用意しています。親子で一緒に心地よさを感じながら遊んでみませんか。  
☆汚れを気にせず遊びたいので、子どもさんも大人の方も汚れてもいい服装で来てくださいね。  
☆ 直接触るのが苦手な子どもさんは、ナイロン袋などに入れて遊ぶこともできます。



**『おやこひろば』**  
(異年齢で集まる会)  
「折り紙ブロックを使って花瓶を作ろう」

★9月18日（金）  
時間 10:00～11:30  
折り紙を同じ大きさにいくつも折った物を用意しています。立体的に重ねていくだけであら不思議！インテリアとして、ちょっと素敵な花瓶の出来あがり！  
初心者の方でも大丈夫です。



※「とことこ」「おやこひろば」に参加ご希望の方は、どちらも事前に予約をお願いします。

**\*健診のお知らせ\*** \*場所：東予保健センター\*

- \*ハピすく相談会 9月7日（月） 9:30～11:00
- \*3か月児健診 9月15日（火）13:00～  
(令和2年5月生まれの子どもさん対象)
- \*1歳6か月児健診 9月16日（水）13:00～  
(平成31年2月生まれの子どもさん対象)
- \*3歳児健診 9月8日（火）13:00～  
(平成29年2月生まれの子どもさん対象)

・ご家庭で体温測定をして、マスク着用にご協力をお願いします。  
・いずれも「母子手帳・アンケート・バスタオル1枚」をお持ちください。

