



常滑市子育て総合支援センター **とこ♡はあとルーム カレンダー R7年9月号**



みんなで一緒に体操したり
絵本を見たりする時間です。

とこ♡はあとルーム ☎43-4129

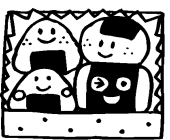
開放時間 ①9:15~11:45

②13:30~16:15

はあとタイム 11:30~ 16:00~

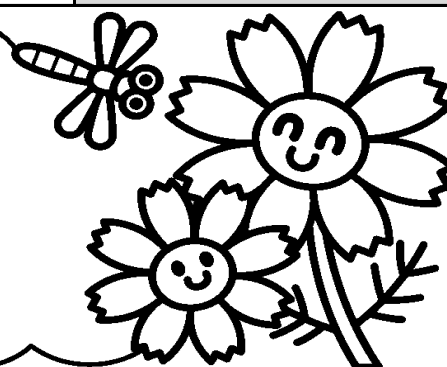
支援センター休館日 土日祝

まだまだ暑い日が続きますが、耳をすますと秋の虫の音が聞こえてくるようになりました。

月	火	水	木	金
1 	2 とことこ育児講座 10:30~11:30 公立保育園こども園はまっこ園庭開放日	3 ふたごちゃんの会 10:00~11:00 はじめてのいっぽ 13:15~14:00	4  おもちゃ図書館 公立保育園こども園はまっこ園庭開放日	5 
8 	9  公立保育園こども園はまっこ園庭開放日	10 	11  公立保育園こども園はまっこ園庭開放日	12 絵本読み隊 10:30~11:00
15  敬老の日	16  公立保育園こども園はまっこ園庭開放日	17 	18 子育てミニ講座 10:30~11:00 おもちゃ図書館 公立保育園こども園はまっこ園庭開放日	19 ヒーリングタイム 10:30~11:00
22 	23  秋分の日	24 図書館 絵本読み聞かせ 11:25~11:45	25 <絵本のたね> たくちゃんえみちゃん 11:25~11:45 公立保育園こども園はまっこ園庭開放日	26 あそびうた 11:15~11:45
29 	30  公立保育園こども園はまっこ園庭開放日			

とことこ育児講座

日時 9月2日(火) 10:30~11:30
場所 青海こども園 2F なかよしルーム
テーマ 「子どもも大人も楽しい絵本の世界」
講座 常石保育園 今井秀佳園長

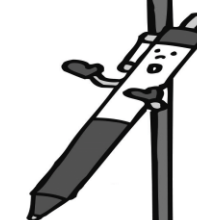


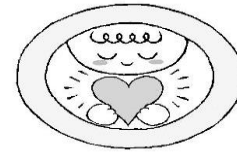
☆ 子育てミニ講座

9月18日(木)10:30~

内容『乳がん・子宮がん健診』

担当 保健センター保健師





R7年9月号

〒479-0852 9:00~17:00

常滑市神明町3-35(とこなめ市民交流センター内1階)

☎0569-43-4129 fax43-4136

電子メール kosodate@city.tokoname.lg.jp



今年は南海トラフ地震で話題がもちきりです！備えあれば憂いなし！
月に一回は成長に合わせた備品の見直しをしましょう。

- ・0~6か月は母乳かミルクが栄養源。
- ・6か月~卒乳まで(1.6か月頃)は離乳食とのバランスが難しい。

<完全母乳>

環境が変わると飲まない子もいるので、いつもと違う場所で飲む練習をしましょう。

<完全ミルク>

完全ミルクは災害弱者。

- ・粉ミルク、水、哺乳瓶セット、カセットコンロ、鍋、カイロ、紙コップ、使い捨てスプーン、液体ミルクなど備蓄するものが多い。
- ・支給されるミルクは味が変わって飲まない子もいる。
液体ミルクはアタッチメントが必要なタイプ、パウチや哺乳瓶に注ぐ缶タイプ、紙パックタイプなどがある。
哺乳瓶は使い捨てや3コインズで備蓄。
- ・哺乳瓶の中に袋を入れるインナーバッグなども準備。

*混合栄養の場合は母乳とミルクの2つを考えて備えておく。

<離乳食期>

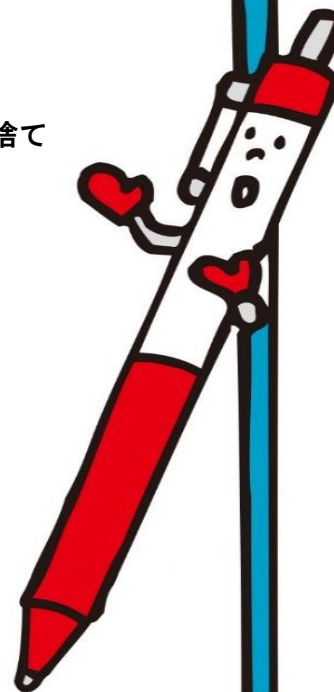
- ・月齢にあった離乳食の準備(レトルト)
- ・長期保管しやすいオヤツも用意しておく
- ・初期、1回食の時は無理に食べさせず母乳かミルクでよい。
- ・食物アレルギーの場合、対応食品のストック。

<オムツ>

- ・月齢に合わせたオムツの用意。(例:1日6枚×1週間=42枚)
- ・母の生理が始まる可能性もあるのでナプキンも用意。(子どものおむつにインナーとしてセットするとおしっこキャッチもできる)
- ・お尻拭き、ワセリンなどがあると便利。

「授乳時の防災」

支援センター助産師 川島倫枝



夏の疲れを癒したり、免疫力を高めるために、
バランスの良い食事をとりましょう。

まめ



ごま

はっこうしょくひん



やさい



さかな

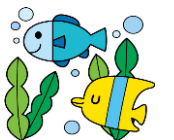


しいたけ(キノコ類)

いも



わかめ(海藻類)



頭文字をつなげて

『まごはやさしいわ』と覚えます。

支援センターの入り口にこのタペストリーが飾って
あります。見てくださいね。