



9月予定表

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1 赤ちゃんくらぶ ◎歳児フリーディ	2 はじめてのラトルday 予約 ペビマ A	3 くらぶの日 ◎歳児フリーディ	4 くらぶの日 ◎歳児フリーディ	5
6	7 くらぶの日 (PM) にこにこ相談	8 赤ちゃんくらぶ ◎歳児フリーディ	9 はじめてのラトルday くらぶの日	10 くらぶの日 ◎歳児フリーディ	11 くらぶの日 ◎歳児フリーディ	12
13	14 くらぶの日 (PM) にこにこ相談	15 赤ちゃんくらぶ ◎歳児フリーディ	16 はじめてのラトルday 予約 ペビマ B	17 くらぶの日 ◎歳児フリーディ	18 くらぶの日 ◎歳児フリーディ	19
20	21 お休み 敬老の日	22 お休み 秋分の日	23 予約 ペビマ A くらぶの日	24 くらぶの日 ◎歳児フリーディ	25 くらぶの日 pm 研修会のため お休み	26
27	28 くらぶの日 (PM) にこにこ相談	29 赤ちゃんくらぶ ◎歳児フリーディ	30 予約 ママカフェ 予約 ペビマ B			

ご利用について

- ・発熱(37.5℃以上)や呼吸器症状のある方はご利用ができません。
- ・保護者の方は必ずマスク着用をお願いします。(2歳以下のマスク着用は控えてください)
- ・熱中症予防のために水分補給のお茶をお持ちください。

フリーディについて

▽兄弟のいる方は上のお子さんの年齢の日にご利用ください。

ご利用を希望される方は、当日9:00～9:30/13:00～13:30にお電話でご予約ください。

- ・火曜(13:30～16:00) 0歳フリーディ(安全に配慮して赤ちゃんのみのご利用をお願いします。)
- ・木曜(13:30～16:00) 1歳フリーディ
- ・金曜(13:30～16:00) 2歳以上フリーディ
- ▼7組程度で入館制限をさせていただきます。
- ▼時間内は「いつ来ても」「いつ帰っても」大丈夫です。



「くらぶの日」って??

年齢ごとに一緒に遊ぶ楽しさやいろいろな経験の場として、予約制で「くらぶ」を開催しています。申込みが多数の場合は抽選で決定させていただきます。

8/17(月)9:00から受付と電話で受付します。

ベビーマッサージ

ベビマA 9月2日(水)13:30～14:30
9月23日(水)10:15～11:15

ベビマB 9月16日(水)13:30～14:30
30日(水)13:30～14:30

対象:A・Bともに生後2か月～8か月 6組
赤ちゃんとママのスキンシップのためのベビーマッサージです。2日とも参加できる方を優先します。
☆バスタオルを持参してください。
☆入館制限中のために対象児以外のお子さんのご利用はできません。申し訳ありません。

にこにこ相談



9月7日・14日・28日(月)13:30～15:30
子育てについてや生活ことなど、お気軽にご相談ください。電話相談の対応もできますので、受付にお申し出ください。

子育て相談員：近藤直緒美さん

ママカフェ ～もうすぐ仕事復帰～

9月30日(水)10:00～11:30
対象:来春に仕事復帰または仕事を始めたい方
定員:6名程度

「子育て」に精いっぱい。こんな毎日仕事復帰できるかな?保育園に入れるのかな?いろいろ不安も多いですね。育休中のママ同士でお話することで、少しは気持ちが楽になるかな。情報交換して仕事復帰までにやれることを整理してみませんか?

「あせも」って?

かゆみを伴う小さな赤いブツブツが「あせも」です。春から夏にかけて汗をたくさんかいたあとに現れます。あせもができやすい場所は、頭、ひたい、首、ひじの内側、あしの付け根やお尻、ヒザの裏側など汗が乾きにくい部分です。赤ちゃんの場合はおむつでおおわれている部分も、要注意ゾーンです。

あせもは、軽いかゆみやチクチクした軽い痛みを伴っていることがあります。かゆくなって、かきむしり、細菌感染が加わると「とびひ」になる可能性もあるので、ひどくなる前に受診し適切なお薬を処方してもらいましょう。

【あせも予防】

- ①扇風機やエアコンを上手に使ってみましょう。
ただし冷やしすぎは注意。室温の目安は外気温マイナス5度以内、27～28度が目安です。
- ②身体をこまめに拭いたり、シャワーで身体を流してあげましょう。
- ③着替えもまめにしてあげましょう。
洋服は汗を吸いやすい綿のTシャツ1枚で大丈夫です。

