



子育て相談室!

「こどもの発熱受診目安は？」

突然こどもが発熱した際、受診目安を迷う方もいるかと思いますが、そのような時は下記の項目を参考にし、早目に受診をおすすめします。

- ・生後3ヶ月未満の発熱
- ・元気がなくて（食欲がない）ぐったりしている。
- ・下痢や嘔吐が続き、水分を摂れていない。
- ・意識がもうろうとしている。
- ・顔色が悪い。
- ・呼吸が苦しそう。
- ・意識がおかしい、痙攣する。等……。



～おすすめ絵本～

『トマトさん』

作・絵 / 田中 清代
(福音館書店)



ある暑い夏の日。真っ赤なトマトさんは小川に泳ぎに行きたくなりました。でも、体が重たいので転がることができません。悲しくなったトマトさんは涙をぼろりと落とします。

夏マスクについて!

＜夏のマスクを選ぶときに見ておきたいポイント＞

1. 接触冷感機能のある生地
 2. 通気性のあるもの
 3. UVカット機能がついているもの
- その他に、息苦しくないか、飛沫をブロックできる機能があるか、サイズは合うか、等…を確認しましょう!

＜夏マスクをつけての熱中症対策＞

- ・はずせる時は、マスクをはずす。
- ・マスクをしたまま運動しない。
- ・細目に水分補給をする。等…。

夏マスクと上手く付き合ひましょう!





7月5日(月)
＜おはなし会＞
読み聞かせ
10時～
参加費 無料
締め切り 7/3迄



7月7(水)
＜ママクラブ＞
金魚ねぶたマスコット
※ヘア飾りにもなるよ
10時～先着3組
参加費 100円
締め切り 7/5迄



7月17日(土)
＜クッキング＞
グミ作り
10時～先着3組
参加費 100円
締め切り 7/10迄

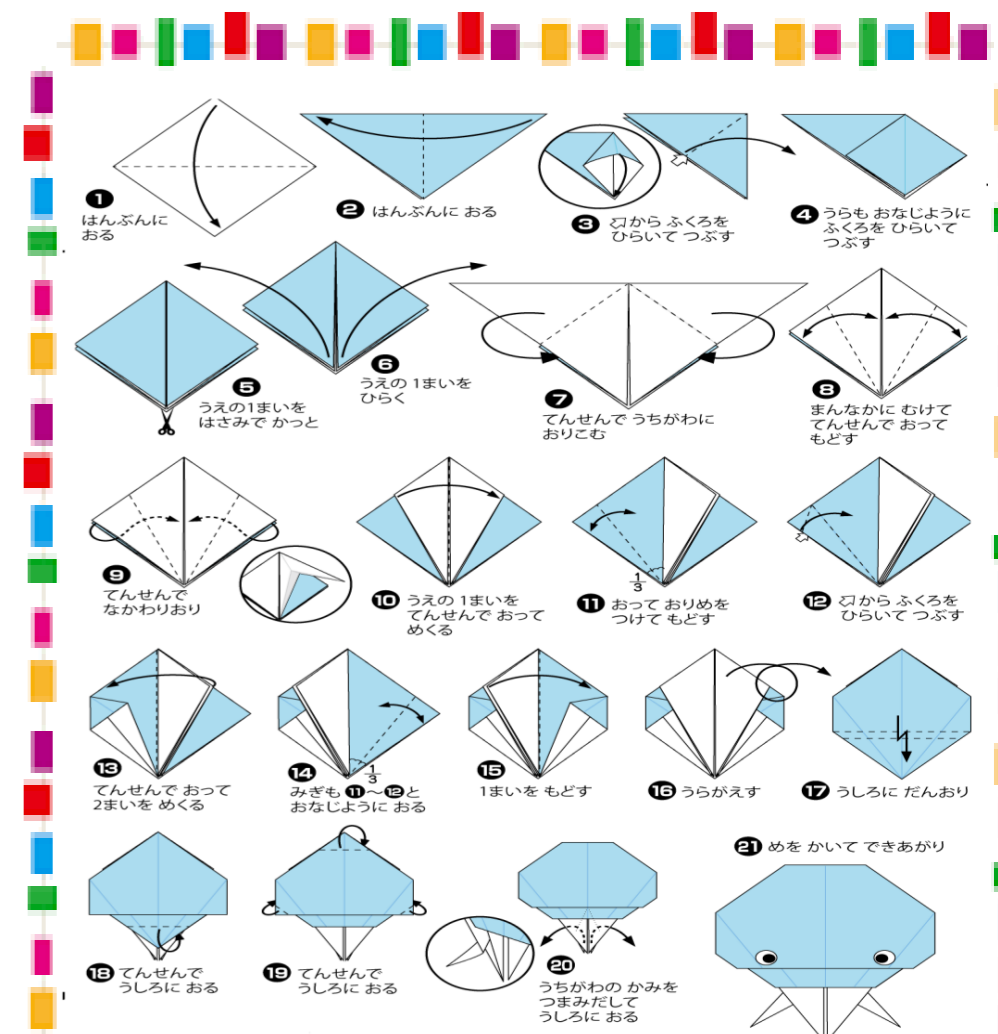


7月28日(水)
＜なかよしランド＞
水遊び
10時～
参加費 無料
締め切り 7/22迄

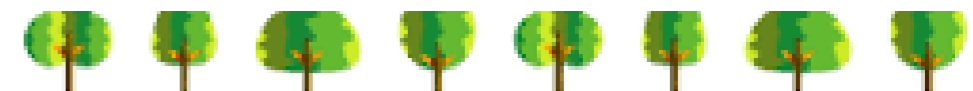


つくってあそぼう!

☆ おりがみ ☆ タコクラゲ



中身を凍らせたペットボトルを扇風機の前に置くと涼しくなります。エアコンと扇風機を併用すると空気が循環し、エコになることはご存知の方も多いはず。さらにエアコンを止めた状態でも、効率的に室内を冷やす方法があります。それに使うのが中身を凍らせたペットボトル。まずは空のペットボトルを3～5本用意し、水を入れて凍らせます。次に、結露した水滴で床が濡れないようトレーやタオルなどを敷いて、扇風機の前に並べます。その状態で扇風機を稼働させると、ひんやり冷たい空気が流れてきますよ。東京電力エナジーパートナーの実験によると服の表面温度が3～4℃下がったという結果です。





ま～なひろば



「美郷こども園」「アリス保育園」「中郷こども園」「あけぼのこども園」4園合同で開催しています。子育てをもっと楽しみたい方、親子で広々とした場所で遊びたい方、ママ友を作りたい方、育児に不安を抱えている方等、一度遊びにおいでください。

★開催日：毎週木曜日・金曜日

{1回目 9:30～10:30・2回目 11:00～12:00}

※コロナ対策のため、検温・消毒・換気を行っています。

★場 所：スポカルイン黒石 2F 親子アリーナ

★7月8日(木)のミニ講座は

「排せつの生活習慣について」です。

★7月15日(木)は金魚ねぶた制作です。

<7月の実施予定日>

7/1 (木) 7/2 (金)

7/8 (木)・7/9 (金)

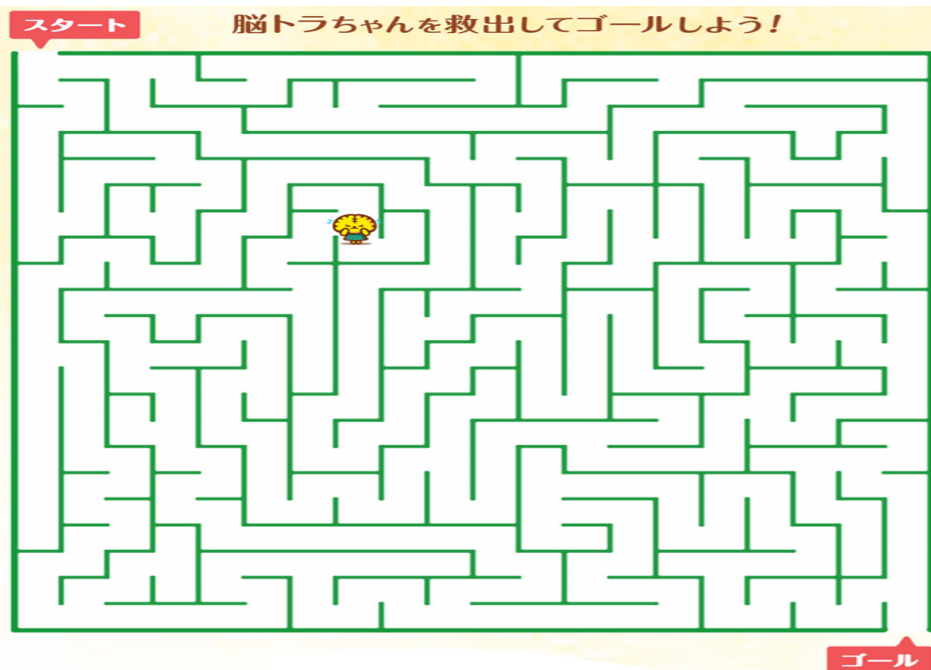
7/15 (木)・7/16 (金)

7/29 (木)・7/30 (金)



LINE を始めました！
ま～な情報や4園の情報が
見れます

～迷路に挑戦！～



<作って遊ぼう>

～ガラガラ～ (乳児玩具)

～準備するもの～

- ・乳酸菌飲料のプラスチック空容器 (透明容器が望ましいです)
- ・目打ち (穴あけ)・ポンド等
- ・中に入れるものは何でもOK！
例・プラスチック玉・ミラーテープ・シール等

7月乳幼児健診 (場所: スポカルイン黒石)

健診別	実施日	対象者	受付時間
乳児健診	7/13(火)	R3年 3月生	午後0:15～0:30
1歳6カ月児健診	7/8 (木)	R元年 12月生	午後0:30～0:40
2歳児健診	7/14(水)	H30年12月生	午後0:30～0:40
3歳児健診	7/7 (水)	H29年 12月生	午後0:15～0:30

☆ あけぼのこども園 子育て支援センター ☆

◎園庭及び支援センター開放時間 (月～土迄・8:00～13:00)

◎当園に入所しているお子さんも保護者さんもOK!

◎黒石市在住限定となります。(ご了承ください)

◎子育て相談も随時受け付けています。

※遊びに来るときは事前に電話をしてね！



【あけぼのこども園】
黒石市あけぼの町95
TEL 53-1992
FAX 53-5525
HP <https://akebono-hoiku.jp/>



超！簡単！クッキング

【七夕★彩素麺】

●材料(人数に合わせて)

- ・素麺
- ・卵
- ・魚肉ソーセージ
- ・ミニトマトミックス
- ・大葉
- ・オクラ



●作り方

- ① 素麺を茹で、冷水でしめる。
- ② 卵は砂糖を加えて薄焼き卵にして星型で抜く。
- ③ ミニトマトは半分に切る。
- ④ オクラは茹でて輪切りにする。
- ⑤ 織姫・彦星の顔は魚肉ソーセージを2枚輪切りにする。魚肉ソーセージに海苔をカットして髪や顔を作り貼る。貼るときにはマヨネーズを少量塗るとすれにくくなります。ピックで刺してから仕上げにケチャップを付けて完成。顔のパーツは細かいので、ハサミでカットするのが難しい場合はパンチを活用すると簡単。
- ⑥ 盛り付けは、大葉を敷き、ひと口サイズで素麺を丸めて盛り付けると、取りやすいです。手でくるんと丸めればいいのですが、難しいときにはフォークでクルクル巻いて乗せればまとまります。
- ⑦ 真ん中に織姫と彦星を飾り、周りにオクラやトマトをデコレーション。星型のオクラと薄焼き卵を飾れば七夕の雰囲気が出てきます。



7月休日救急当番医

実施日	病院・診療所名	TEL
4(日)	たかはし内科循環器科クリニック	59-2200
11(日)	ちとせクリニック	53-7228
18(日)	かきさか医院	53-2255
25(日)	健生黒石診療所	53-3015

