

# ていーらだより

## 7月号

### 暑い夏を元気に過ごそう！！

本格的な夏の到来。日差しが強く、戸外での遊びも厳しい季節になりました。暑さ対策や活動と休息、こまめな水分補給も心がけましょう。

また、十分な睡眠と栄養で元気に夏を過ごしたいですね。今月は「子どもの健康について」をテーマに育児講座を予定しています。ぜひ、ご参加ください。



### 利用日・時間

時間	午前	午後
曜日	9:30~12:00	13:30~16:00
月・水	2~5歳親子	0~1歳親子
火・木	0~1歳親子	6カ月未満の親子 プレママ(妊婦さん)
金	0~5歳親子	来園相談(要予約)
土	0~2歳親子	来園相談(要予約)

♡第4月曜日の午後は「双子・三つ子DAY」です。双子、三つ子以外の親子も利用できます。もちろん月曜日以外の時間でも、利用可能です。パパ、祖父母、友人と一緒に見学も大歓迎！お気軽にご利用ください。



### 7月の予定表

日	月	火	水	木	金	土
		1 <small>製作7日まで</small>	2	3	4 <b>避難訓練</b> <small>(不審者対応)</small>	5
		PM 0.1歳親子	AM 2~5歳親子	PM 0.1歳親子	AM 0~5歳親子	AM 0~2歳親子
		PM プレママ 6カ月未満児親子	PM 0.1歳親子	PM プレママ 6カ月未満児親子	PM 来所相談 (要予約)	PM 来所相談 (要予約)
6	7	8	9	10	11	12
	AM 2~5歳親子	PM 0.1歳親子	AM <b>育児講座</b>	PM 0.1歳親子	AM 0~5歳親子	AM 0~2歳親子
	PM 0.1歳親子	PM プレママ 6カ月未満児親子	PM 0.1歳親子	PM プレママ 6カ月未満児親子	PM 来所相談 (要予約)	PM 来所相談 (要予約)
13	14 <small>身体計測19日まで</small>	15	16	17	18	19
	AM 2~5歳親子	AM <b>栄養相談</b>	AM 2~5歳親子	AM <b>避難訓練</b>	AM 0~5歳親子	AM 0~2歳親子
	PM 0.1歳親子	PM プレママ 6カ月未満児親子	PM 0.1歳親子	PM プレママ 6カ月未満児親子	PM 来所相談 (要予約)	PM 来所相談 (要予約)
20	21	22	23	24	25	26
	<b>海の日</b> <small>(休日)</small>	AM 0.1歳親子	AM 2~5歳親子	AM 0.1歳親子	AM <b>誕生会</b>	AM 0~2歳親子
		PM プレママ 6カ月未満児親子	PM 0.1歳親子	PM プレママ 6カ月未満児親子	PM 来所相談 (要予約)	PM 来所相談 (要予約)
27	28	29	30	31		
	AM 2~5歳親子	AM 0.1歳親子	AM 2~5歳親子	AM 0.1歳親子		
	PM 双子・三つ子 DAY	PM プレママ 6カ月未満児親子	PM 0.1歳親子	PM プレママ 6カ月未満児親子		

**育児相談**

- ① 電話相談 AM 9:00~12:00 PM 13:30~16:00
- ② 活動中相談 AM 9:30~16:00
- ③ 個別相談 PM 13:30~16:00 (金曜日・土曜日 ※要予約)



## 第4回 育児講座

### こどもの健康について

「熱中症対策」や「感染症予防」など、子どもの健康について、看護師さんに聞いてみませんか？日頃の疑問や気になることを解消しましょう。

日時：令和7年 7月 9日（水曜日）

10:00~11:20

場所：地域子育て支援センターていーら

対象：ていーら利用の親子 10組

内容：こどもの健康について（講話&質問タイム）

講師：安和 ひとみ（樋川みらいこども園 看護師）

申し込み：来館又はお電話（7/1（火）10時より）

※参加者は、事前に質問を承ります。

### ママと赤ちゃんの 栄養相談（個別）

離乳食や幼児の食事に関する個別相談を行います。

日時：令和7年7月15日（火）

9:30~11:20

場所：ていーらのお部屋

対象：ていーら利用の親子 5組

内容：栄養相談（1人20分程度）

講師：那覇市こどもえがお課 栄養士

※詳細は担当員へお尋ねください。

### 絵本の貸し出しを行っています！

乳幼児向け絵本や保護者向けの本を揃えています。お子さんの好きな絵本が見つかるかも・・・どうぞご利用ください。



私はパパへ。  
ママはじいじへプレゼント

### ていーらの様子

☆ファミリーディ  
「大好きなパパへ♡」

年齢に合ったオリジナルのカード  
ができました。喜んでもらえた  
ようです。



パパへのメッセージ。クレ  
ヨンでとんとんとん・・・



手形ペったんこ！  
カード完成♡



パパ、遊んでくれてありがとう



シール張りもできるよ

### 子育て情報はここから

インターネットで「那覇市地域子育て支援センター」と検索すると、各支援センターやつどいの広場の情報をご覧いただけます。右側の二次元コードからアクセスできます。ぜひご活用ください



### 7月の製作

「たなばた」の笹飾りをつくろう

笹の葉に願い事を書いて、お星さまに届けましょ

日時：7月1日（火）～7月7日（月）

場所：ていーらのお部屋 ※材料費無料です



### お誕生会

お子さんの誕生日を

みんなでお祝いしましょう。

日時：7月25日（金）

11:00~11:30

場所：ていーらのお部屋

誕生カードのプレゼントがあります。

※申込み締め切りは7/23（火）まで

※誕生日以外の方は申し込み不要です。

