

すくすく

令和4年8月15日発行
飯塚市役所子育て支援課

☎0948-22-5500(内線 1112)

ホームページ <http://www.city.iizuka.lg.jp/>

★熱中症予防×コロナ感染防止★

まだまだ残暑が厳しく、熱中症には十分注意が必要な時期です。

小さな子どもは体温調節機能が十分に発達しておらず、また大人より体重あたりの体表面積が大きいので、環境の影響を受けやすくなっています。暑い環境では大人より容易に体温が上昇してしまうため、顔色や汗のかき方を周囲の大人が注意深く見守ることが重要です。

また、新型コロナウイルス感染症も依然として感染拡大が続いています。熱中症と新型コロナウイルスの初期症状は見分けが難しいとも言われており、早期の判断と対応が必要です。

●熱中症の症状

- ・高体温、めまい・立ちくらみ、手足のしびれ、筋肉の痛み、頭痛、吐き気・嘔吐、倦怠感、返事を返せなくなる、意識が遠く、体が痙攣する、など

●新型コロナウイルス感染症の症状

- ※個人差があります。感染していても症状があらわれない方もいます。
- ・発熱、倦怠感、頭痛、筋肉の痛み、寒気・悪寒、のどの痛み、咳、味覚・嗅覚の以上、など



◆新型コロナウイルス感染症対策を踏まえた熱中症予防のポイント◆～環境省・厚生労働省 HP より～

「屋外ではマスクをはずしましょう」・・・熱中症を防ぐため、屋外では、人との距離(2m)が確保できて、会話をほとんど行わない場合や、散歩・運動時等にはマスクをはずしましょう。

「暑さを避けましょう」・・・外出の際には、涼しい服装・日傘・帽子を着用し、少しでも体調が悪くなったら、涼しい場所へ移動しましょう。

「のどが渇いていなくてもこまめに水分補給をしましょう」・・・1日あたり1.2Lを目安に、定期的な水分補給を心がけましょう。

「エアコン使用中もこまめに換気をしましょう」・・・一般的な家庭用エアコンは、室内の空気を循環させるだけで、換気は行っていません。窓とドアなど2か所を開ける、扇風機や換気扇を併用するなどして、定期的に換気をしましょう。

「暑さに備えた体づくりと日頃から体調管理をしましょう」・・・無理のない範囲で適度に運動(毎日30分程度)をしましょう。

毎朝など、定時の体温測定と健康チェックを行いましょう。

◆はじめてのお使い in 商店街 参加者募集!!◆

子ども達に商店街やお店のよさをもっと知ってもらい、楽しい遊び場の一つになるように、飯塚版「はじめてのお使い」が開催されます。

商店街のアーケード街を、2人1組で買い物とスタンプラリーをしながらゴールを目指します。参加してみませんか？

- ★日 時 令和4年9月17日(土) 10:30～
- ★参加対象者 3歳～小学3年生(初めての参加の方に限ります)
- ★参加費 1人500円
(買い物した商品(千円以上)を特典としてもらえます。)
- ★募集人数 16人(2人1組で8組)
9月7日(水)までに2人1組でお申し込みください。
申込み多数の場合は抽選いたします。
- ★参加申込み 飯塚商工会議所 商工振興課
TEL 0948-22-1007 FAX 0948-22-0007

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止させていただく場合がございます。

～スケジュール(予定)～

10:20 集合(本町入口)

10:30 順番にスタート(5分毎)



本町、東町、昭通商店街
の4店舗(予定)でお買い物
(40分程度)



ゴール(千鳥屋)





すくすくサークル



7/27(水)、つどいの広場いづかにて“すくすくサークル”が行われました。ベビーマッサージでは赤ちゃん達も気持ちよさそうな表情で終ごきげん、とってもいい笑顔でした。絵本の読み聞かせ(『だるまさんが』『こちよばこ こちよばこ』)、わらべうたあそびを楽しんだあと、後半は手作りおもちゃをみんなで作りしました。小さめのペットボトルに好みのビーズ・スパングル・フェルトボールなどを入れ、フタをしっかりと閉めれば、見て聞いて楽しいマラカスに！これに液体のりと水を加えれば、キラキラと美しいスノードーム風に早変わり！液体のりが多いほどゆつり、水が多いほど早く動きます。お好みによって調整してみてくださいね。



★次回のすくすくサークルのお知らせ★

日時：令和4年10月26日(水) 10:00～12:00

場所：つどいの広場いづか

予約受付：令和4年10月17日(月)～

TEL：0948-25-4430

持ってくるもの：バスタオル・オムツ・着替え・飲み物など

子育て支援センター

市内には5つの支援センターがあり、どこでも自由に遊びに行くことができます。各支援センターでは楽しいイベントを開催していますので、是非お越しください。
※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、予約制となっています。

イベント
情報は
コチラ



- ・街なか子育てひろば 飯塚市本町 11-10 ☎0948-22-3809
- ・穂波子育て支援センター 飯塚市秋松 408 ☎0948-21-0066
- ・筑穂子育て支援センター 飯塚市長尾 1242-1 ☎0948-72-2970
- ・庄内子育て支援センター 飯塚市綱分 791-4 ☎0948-82-0089
- ・穎田子育て支援センター 飯塚市鹿毛馬 2328-2 ☎0948-92-0333



街なか子育てひろば



穂波子育て支援センター



筑穂子育て支援センター

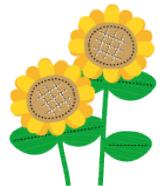
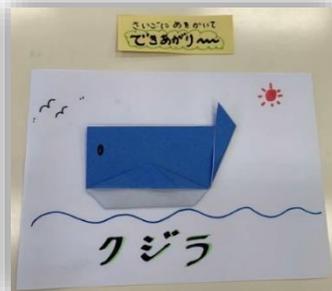
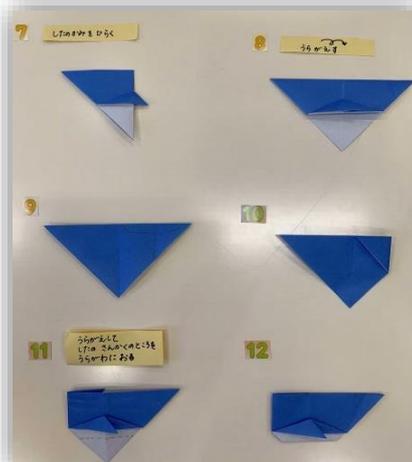
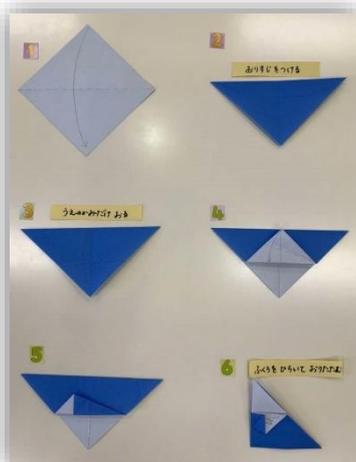


庄内子育て支援センター



穎田子育て支援センター

おりがみ制作 クジラ 筑穂子育て支援センター



～編集後記～

まだまだ暑いですね。徒歩通勤の私は、ネッククーラーが欠かせません。夏が終わる前に色々お出かけしたいところですが、コロナに怯えて今一踏み出せずいます…。