

みんなで子育て



石垣市子育て支援センター

こっこーま

令和6年8月発行 No292

〒907-0022

石垣市大川 70 大川保育所 2F

TEL(FAX 兼)0980-88-5219

子育て支援センターは
妊娠中から育児中のご家族の
子育てを応援します。



こっこーまは、主に家庭で子育てしているお母さんたちが集まり、
情報交換したり、お子さんと一緒にみんなで楽しくあそべる交流の場
です。お父さん、おじいちゃん、おばあちゃん、もうすぐママになる
方もお気軽にご利用ください。

利用案内

【午前の部】 月曜日～金曜日	9:00～12:00 0～5歳児の親子
【午後の部】 月曜日・水曜日・金曜日	14:00～16:00 0～2歳児の親子のみ

☆火曜日・木曜日の午後は、サークル支援、育児相談等のため一般の利用はお休みです。

○園庭開放(保護者同伴)・・・午前10時～11時

○相談事業……………午前10時～午後4時

○休業日…土、日曜日・祝祭日・年末年始・慰霊の日

妊婦さんもお待ちしています♡

子育て支援センター利用の心得

○同伴するお子さんの安全面への配慮は忘れずにしましょう。

○お子さんが体調不良時や、感染症になった場合は、ご利用を控えて頂きます。(水ぼうそう・とびひ・おたふく・手足口病・感染性胃腸炎・結膜炎・麻疹・インフルエンザなど)

○飲み物、着替え、手拭き、ビニール袋などは、各自持参しましょう。

○室内での水分補給以外の食事はお控えください。



こども園deあそぼう♪

in おおはまこども園



テラスで水あそび♪

8月の予定

7日(水) 身体測定

8日(木) 育児講座※要申し込み 午前10:00

9日(金) 3施設合同育児講座 午後2:00
※要申し込み

19日(月) ファミリーサポートセンター説明会 午後3:00

20日(火) ベビーマッサージ 午前10:30
※要申し込み

21日(水) 誕生会 午前10:45

22日(木) こども園deあそぼう午前9:30

28日(水) 絵本の読み聞かせ 午前11:00



3施設合同育児講座 ☆参加者感想☆

「やっこ先生のかんたんフィットネス」

- ・フィットネスですごくリフレッシュできて、ストレッチでリラックスできて、すごく心地良かったです。娘も見てもらってありがとうございました。
- ・久々に体が動かせて楽しかったです。
- ・家では一人ではできないけど、みんながいたら頑張れます！またお願いします。

絵本の読み聞かせ

8月28日(水)

午前 11:00～11:30

講師：川平栄子氏

費用：無料



誕生会

8月21日(水)

午前 10:45～11:30

※参加する8月生まれのお子さんは15日までにお申し込み下さい。※5組まで

費用：(色紙・写真代¥250)



ベビーマッサージ

8月20日(火)

午前 10:30～11:00

対象：12ヶ月までのお子さん

持ち物：バスタオル

講師：宮地春奈氏 費用：無料

定員：10組※要申し込み



育児講座 「気質学」

自分自身の取説と我が子の気質を知り
子育てのヒントに♡気質に合った言葉かけや
考え方を知り、その子らしい花を咲かせてみ
ませんか♡

日時：8月8日（木）10：00～11：00

講師：前盛 弥生氏（mauruuru マルル
南の島の相談室気質学アドバイザー）

定員：8組 要申し込み

5 p

おすすめ絵本♪

0さいから

「おばけのアイスクリーム屋さん」

*作 安西 水丸

*出版社 教育画劇 1100円

どうぶつたちがアイスクリームやさんに次々や
ってきます。擬音語とみんなが大好きなアイスク
リームの楽しい絵本。



絵本の貸し出しを行っています

好きな絵本を何度も借りて

絵本の世界をご家庭でも…♪

- ・貸出簿への記入をお願いします。
- ・1人2冊です。貸出期間2週間。

3 施設合同児講座

（かびら・みるくる・こっこーま）

「ゆずりん親子ふれあいコンサート」

日時：8月9日（金）午後2：00～3：30

（受付 午後1時半～）

場所：石垣島ピアホール2階（730 交差点角）

歌・ピアノ：中山 譲氏

パーカッション：玉木 正明氏

定員 20組 要申し込み

「こども園 de あそぼう！」

こども園で一緒にあそんでみませんか！

今月は あらかわこども園へ行きます♪

日時 8月22日（木）9：30～11：00

場所 あらかわこども園

持ち物 飲み物・帽子

※現地集合・現地解散

※駐車場あり 雨天中止



お知らせ

ファミリーサポートセンターの説明会があります

☆説明会後に利用登録もできます。

日時 8月19日（月）

時間 午後3：00～午後4：00

場所 支援センターこっこーま



子育てのポイント

子育て悩み Q&A



熱中症を予防しよう！

1 たとえ数分でも車内に赤ちゃんを残さない

いつも近くに保護者がいる乳幼児の場合、重い熱中症に至ることは多くありません。とりわけ注意したいのが車内での熱中症です。「起こすのはかわいそうと」赤ちゃんを車に残して素早く用事を済ませたい日もあるかもしれませんが、しかしたとえ数分でも車内に赤ちゃんだけを残すのは大変危険です。冷房を付けていてもオーバーヒートなどによっていったん冷房が切れるとエアコン停止から15分で車内の熱中症指数は危険レベルに達します。

複数の大人で買い物に行く・子どもが眠りにくい朝一番に買い物に行く・子どもの置き去り防止に財布などの貴重品はチャイルドシート近くに置くなどの工夫をして、「絶対に子どもを車内に残さない」を鉄則にしましょう。

参考：月刊「akachanと」2022・8月号

2 こまめに水分補給

外出するときは、いつもの母乳・ミルクをこまめにあげましょう。一度に飲む量は少量でも十分。おしっこが出ていれば脱水を心配し過ぎなくても大丈夫。

3 しっかり昼寝して体力回復！

昼寝をすることで暑い時間帯の外出を避けることもできます。また、疲れがたまっている時や、病み上がりの時は熱中症リスクが高まるので、お出かけは無理ないようにしましょう。

