



# すぎのこだより 5月号



R8. 4. 24発行  
 津山子育て支援センター  
 (つやま杉の子こども園内)  
 0225-68-2029  
 0225-25-6116  
 自由来館…火・水・木曜日  
 9時30分～11時30分  
 14時30分～16時  
 すぎのこ広場…主に水曜日  
 10時30分～11時30分

新緑の木々にさわやかな風。こいのぼりも気持ちよさそうに泳いでいます♪外遊びやお散歩が楽しい季節ですね。あたたかな陽気に誘われて、みなさんも遊びに来てみませんか？

5月のすぎのこ広場は、「手作りおもちゃの製作」や「誕生会」、「親子ピクス」を予定しています。かわいいお友達やお家の方との素敵な出会いを楽しみにお待ちしております～す！！



日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7 自由来館	8	9
10	11	12 自由来館	13 すぎのこ広場 手作りおもちゃ	14 自由来館	15	16
17	18	19 自由来館 園庭開放日	20 すぎのこ広場 誕生会	21 自由来館	22	23
24 31	25	26 自由来館	27 すぎのこ広場 親子ピクス	28 自由来館	29	30

☆すぎのこ広場の受付は10時からとなっています。

☆今月の園庭開放日は5/19（火）になります。（9時30分から11時まで）



## 子どもに日焼け止めて必要！？

紫外線というと、真夏に強いイメージがあるかもしれませんが、すでに4月頃から対策が必要なレベルになっているそうです。適度な紫外線は、骨の形成を助けたり、皮膚の殺菌作用などの良い面ももっています。しかし、1日10分程度で十分で、18歳までに生涯における紫外線量の約半分を浴びてしまうこともわかってきました。乳幼児の肌は大人よりもずっと薄く、紫外線の影響を受けやすいとされています。紫外線の影響は、すぐに現れる日焼けだけでなく、将来的な肌のトラブルにもつながる可能性が…。小さなお子さんの大切な肌を守るために対策をしてあげましょう！！

- ①帽子や薄手の長袖の活用
- ②日陰を選ぶ
- ③時間帯を考慮した外出（午前10時～午後2時が最も日差しが強い時間帯）
- ④日焼け止めも選択肢の一つ（日常生活ではSPF20～30、PA++くらいのもので十分、生後6か月未満は推奨されていません）
- ⑤日焼けして赤くなってしまったら濡れタオルで冷やすのが効果的◎

## 製作 手作りおもちゃ

日時 5月13日(水)10時半から

昨年好評だった牛乳パックで作る可愛いワンちゃんを今年も作りたいと思います！ひもを引っ張ってお散歩もできるので、子どもも大喜び♪製作は、予約が必要になりますので、5月8日(金)までにご連絡ください。



## 誕生会(4・5月)

日時 5月20日(水)10時半から

4～5月生まれのお友達！あつまれ～！みんなで楽しくお祝いしましょう♪手形を押したり、記念写真もぱちり☆誕生カードとかんむりのプレゼントもありますよ♡



## 親子ピクス

日時 5月27日(水)10時半から

講師に井波由希先生をお招きし、親子で楽しく体を動かしましょう！みんなでさわやかな汗をかいて心も体もリフレッシュしませんか？汗拭きタオルと水分補給用の飲み物を持参の上、動きやすい服装でおいでくださいね♡



## 育児講座についてのお知らせ

6月3日(水)歯についての育児講座があります。津山歯科医院の千葉先生をお招きし、個別相談もできますよ。参加希望の方は、5月18日(月)までにご連絡ください。



## ☆すぎのこ広場の様子☆



ママと一緒に  
うれしいな♡

4月22日に今年度初めてのすぎのこ広場「はじめましての会」がありました♪かわいいお友達やステキなママとの出会い♡これからたくさん楽しく遊んで、心も体も大きくな～れ！！



寝返り  
できるよう  
なったよ♪



名前の由来も  
教えてもらいました♡

