

とみここ 通信(7月号)

とみや子育て支援センター 2026年7月
 富谷市明石台七丁目2番地1 ☎022-343-5528

～とみや子育て支援センターとみここは 子育てを応援します～

遅い梅雨入りで、7月もすっきりしないお天気がしばらく続きそうですね。お子さんの服装や、寝具の調整も難しく、朝晩の気温差に悩まれているご家庭も多いのではないのでしょうか。

湿度が高いこの時期は、思った以上に体に負担がかかりますし、梅雨が明けると、今度は暑さで眠りが浅くなったり食欲が落ちたりしやすく、熱中症や夏風邪など体調を崩しやすい季節になります。水分補給と休息をいつもより意識しながら、親子でゆったり過ごす時間を大切にしていきたいですね。何か不安なことがありましたら、いつでもとみここにご相談ください。



7月の予定

＜来所するにあたってのお願い＞

・「体が温かいような気がする」「なんだかグズグズするな」等、普段と違うと感じたら事前に体温を測り、平熱より高い場合は、来所をご遠慮ください。

	日	月	火	水	木	金	土
		富谷市 公式 LINE  		1 すくすく相談 乳児健診	2 5歳児健診	3 BCG	4
AM							
PM						7ルピヨデー	
	5	6 母子健康手帳交付	7 フレママ・フレパパ学級	8 3歳児健診	9 2歳6か月児 歯科健診	10	11
AM		子育てサロンとことこ			赤ちゃんデー		
PM						7ルピヨデー	
	12	13 母子健康手帳交付	14	15 5歳児健診	16 1歳6か月児 健診	17	18
AM		開放あそびのひろば					パパ講座 「パパと遊ぼう」
PM		赤ちゃんデー					
	19	20	21 2か月の赤ちゃんと ママのおしゃべりサロン	22 乳児健診	23	24 ぼくぼく 離乳食教室	25
AM							
PM				7ルピヨデー			
	26	27 母子健康手帳交付	28 ごっくん離乳食教室	29 3歳児健診	30 2歳6か月児 歯科健診	31	
AM		開放あそびのひろば					
PM		赤ちゃんデー					

【べりっこルームの利用の仕方】

「大勢の集まりが苦手な親子向けのお部屋」です。

○定員1組までのご利用となります

★赤ちゃんデー0歳児

★ブルピヨデー1歳児～未就園児

＜利用時間＞

午前・・・9:00～12:00

午後・・・13:00～15:00

【開放あそびのひろばについて】

とみここでは月2回、和室を開放して親子で自由遊びや集会（歌遊びや触れ合い遊び、体操やシアターを見る）を行っています。

事前二次元コード申し込みとなっております。（7月1日(水)8:30～申込開始）

7月13日



7月27日



申し込み先 とみここ ☎022-343-5528

※水分補給用の飲み物をご持参ください。

※8月は3日(月)、24日(月)です。（7月31日(金)8:30～申込開始）



親子で楽しむ 夏のあそび

暑さが本格的になってくる、これからの季節。子どもたちは、水遊びや泥んこ遊び、しゃぼん玉、夕方の涼しい時間のお散歩など、夏ならではの体験を通して心も体もぐんと大きく育っていきます。

「楽しいね」「気持ちいいね」と、子どもに合わせて少しだけ歩調をゆるめてみませんか？

親子で季節を味わう時間そのものが、子どもの成長を支える大きな力になっていきます。

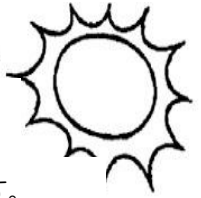
こどもまんなか
こども家庭庁



詳しくはこども家庭庁ホームページへ



熱中症に気をつけましょう



梅雨が過ぎると、暑い夏がやってきます。

この時期、特に気をつけたいのが熱中症です。乳幼児は体も小さく、自分から意思表示をして水分をとることが難しいので、脱水症や熱中症にならないよう、周囲の大人が気をつけていきたいですね。熱中症は、炎天下だけではなく、湿度の高い室内でも起こります。通気性のよい服を着せ、こまめに水分を補給しましょう。子どもに適しているのは水、または麦茶です。イオン飲料は塩分のとりすぎになることがあるので気をつけましょう。また、ジュースは糖分が多く、満腹感もあるので食事がすすまなくなる原因となります。

上手な水分補給で、熱中症を予防しましょう。



市民センターで遊ぼう！！

乳幼児をもつ親子のためのスペース【プレイルーム】で遊ぶことができます。歌あそびや絵本の読み聞かせ会等を行っている市民センターをお知らせします♪



開室時間：9：00～17：00 全センター共通
月曜日～金曜日 祝日を除く

東向陽台市民センター

【歌・絵本の読み聞かせ】

1日(水) うたあそびーば
10:00～

成田市民センター

【手遊び・歌あそび】

27日(月) 子育てサロンぐーちーぱー
10:30～

富ヶ丘市民センター

【楽しく遊ぶ会】

7日(火) どーなっつ
10:30～

あけの平市民センター

【絵本の読み聞かせ】

16日(木) とみや♡こっこの会
10:30～

日吉台市民センター

プレイルームは開放しておりますので
お気軽にご利用ください。

富谷市子育てサロン情報(7月)

富谷市には、地域のボランティアの方が運営している『子育てサロン』があります。お子さん同士が関わって遊んだり、お母さん達が楽しく情報交換・リフレッシュできる場となっています。現在活動しているグループについてお知らせいたします。

どんぐりの会

場所：太子堂会館
対象：太子堂地区にお住まいの方
日時：1日(水)、15日(水)
10:30～13:30

各サロンの

お問い合わせ先

【とみここ ☎343-5528】

明石台第七町内会子育てサロン

場所：明石台七丁目会館
対象：明石台七丁目、十丁目にお住まいの方
日時：2日(木)、16日(木) 10:30～

ちゅう♡こっこ

場所：大清水一丁目会館
対象：富谷市にお住まいの方
日時：30日(木) 10:30～
(夏まつり)



※オアシスルーム子育てサロン(富ヶ丘)は依頼があれば開催します。富ヶ丘市民センターで絵本の読み聞かせ等しています。