



わくわくだよい

9月



NO. 6 R8. 9
(河合・宮川子育て支援センター)

まだまだ暑い日が続いていますが、9月に入って少しずつ日も短くなり、季節は秋に向かっていくようです。夏の疲れが出やすい頃です。大人も子どもも、水分・栄養・睡眠を十分にとり、病気に負けない身体でいましょう。

9月1日は防災の日

～命を守るための備えと確認を～

日本は台風や地震などの自然災害が多い国です。今一度、ご家庭でも避難場所や緊急時の連絡方法、非常持ち出し袋の中身の確認などを話し合ってみてください。

<ご家庭でできる防災アクション>

1. 防災グッズの備蓄見直し(ローリングストック)

- ミルク・・・液体ミルクや、使い慣れた粉ミルクと衛生的な使い捨て哺乳瓶
- おむつ・おしり拭き・・・最低でも1週間分
- 離乳食・お菓子・・・アレルギー対応も含め子どもが食べ慣れたものを数日分
- 衛生用品・・・子ども用歯ブラシ・保湿剤・常備薬・母子手帳のコピーなど

2. 在宅避難と避難所のシュミレーション

- 家具の固定・落下防止・・・寝室やリビングの家具やテレビ、本棚が倒れないよう固定されているか確認しましょう。
- 安全なスペースの確保・・・窓ガラスの飛散防止フィルムを貼るなど、割れたガラスで怪我をしない環境を作ります。
- 避難経路の確保・・・ベランダやドアなど、避難の妨げになるような大きな物を置いていないかチェックします。

3. 家庭のルールと連携

- 日中に災害が起きた場合の家庭との連絡方法、地域の避難場所を家族で共有しましょう。



9月の行事予定

☆おでかけまるん☆

9月28日(月) 9:30～11:30
河合保育園おひさまルーム

助産師さんがみえて、体重測定や育児相談ができます。
お気軽にご参加ください。

☆誕生会☆

9月29日(火) 10:00～
河合保育園ひろば

みんなで9月生まれさんをお祝いしましょう。
今月は、河合保育園児・宮川保育園児と一緒に祝いします。

☆宮川支援☆

・杉原地区
杉原高齢者コミュニティセンター
9月30日(水) 10:00～11:30

