



楽しいこと、知りたいこと、みつけたい♪ みつけ通信 …9月号…

市内の子育て情報を紹介しています。みつけ（子育て支援センター）
7Fみつけ（市役所3階）にも気軽にお立ち寄りください。



残暑に負けない！親子の体調管理



まだまだ残暑が厳しい時期。こどもは大人に比べて体温調節機能が未熟で暑さの影響を受けやすいため、引き続き熱中症に注意が必要です。また、9月は暑さによる疲れが出やすい時期。生活リズムを整えて元気に過ごしましょう。

のどが乾く前に水分補給



こどもは遊びに夢中になると、のどの渇きに気づきにくいことがあります。外遊びや運動の前後だけでなく、「起きたとき」「お風呂あがり」など、水分をとるタイミングを決めておくと、飲み忘れの予防につながります。

睡眠と食事で体調管理



早寝・早起きを心がけ、生活リズムを整えましょう。暑さで食欲がないときは、おにぎり、うどん、果物やヨーグルトなど、無理なく食べられるものから栄養をとりましょう。



こどもの様子を見守る

こどもは体調の変化をうまく伝えられないことがあります。顔色や汗のかき方など、普段と違う様子があれば、涼しい場所で休ませ、水分補給をしましょう。



ママ・パパも休息を

こどもの健康を守るためには、ママ・パパの健康も大切。疲れを感じたら一人で頑張りすぎず、家事を少しお休みしたり、一時預かりなどのサービスを利用したりしながら、心と体をいたわってくださいね。



そうか子育て応援・情報サイト「ぼっくるん」

子育てコンパス> 子育て家庭全般> 子育て家庭の防災 →



子育て支援コーディネーターの 子育てちょこっとヒント



9月1日は防災の日です。夏から秋は台風が多い時期。また、日本は大雨による洪水や地震など自然災害の多い国なので、普段から防災の知識を身につけておきたいですね。いざというときに対応できるよう、備えておきましょう！

「防災草加」で確認できること

- ・草加市からの気象情報・お知らせの受信
- ・草加市ハザードマップの確認
- ・現在地から選択した避難所までのルートの確認
- ・気象・ライフライン・交通等に関するサイトへアクセス など



草加市防災情報発信アプリ
「防災草加」



App Store
または
Google Playより
ダウンロードできます

家族との連絡方法・待ち合わせ場所の確認もおこなうね！

入園情報

保育園

入園案内配布 10月上旬頃～ 保育課他にて
4月入園申込み 郵送：11月上旬締切 会場申込：11月中旬

幼稚園

入園願書配布 10月15日(木)以降～ 各園にて
入園申込み 11月1日(日)～ 各園にて
※今年は11月1日が日曜日のため、日程が変更になる場合があります。
各園のホームページを確認するか、直接園にお問い合わせください。

・保育所等入園案内配布に関する情報は、広報そうか・ぼっくるんサイトをご確認ください。
・草加市内にある各幼稚園・保育施設の情報が記載された「情報提供シート」は、みつけ・プチみつけで配布しています。草加市ホームページでも公開しています。
(問合せ) 保育園 → 保育課 電話：048-922-1491 幼稚園 → 各園に直接お問い合わせください