



# おひさまだより



子育て支援センター おひさま 7月号 令和8年7月1日

ニセコ町字富士見 17番地 44-2739 44-2700

Eメール [kosodate@town.niseko.lg.jp](mailto:kosodate@town.niseko.lg.jp)

ホームページ <http://www.town.niseko.hokkaido.jp/kosodate/>

今年も気温が高く暑い日が多くなりそうですね。水分補給や休息をしっかりとって体調を崩さないように気をつけて過ごしていきましょう。

1日24時間に対して生体リズム(体内時計)は25時間のため、気にせずに生活していると徐々にずれてしまいます。太陽の光を浴びることで体内時計、生活リズムが整うといわれていますので、朝の光を浴びて心地よく目覚めて過ごしたいですね。



先日、保育開放を行いました。緊張した様子も感じられながら、興味もあるようで少しずつ距離を縮める姿もありました。



## おひさまにこにこ相談

にこにこ相談(保健師・栄養士相談)を下記の日程で行います。子どもの発達や予防接種、離乳食のことなど子育てに関する悩みや疑問を相談してみませんか。

身長や体重の測定も行います。

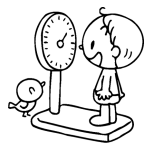
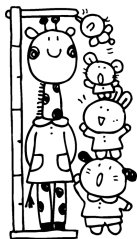
〈日 時〉7月22日(水)

午前10時～

午前11時30分

〈場 所〉子育て支援センター

おひさま



## 駐車場の利用について


駐車場ではお子さんから目を離さず、歩くときは手をつないでくださいね。

お互い気をつけて事故やケガがないようにしましょう。






### 子育て講座「アクセサリ教室」

〈日時〉 8月19日(水) 10時～  
 〈場所〉 町民センター  
 〈材料費〉 1800円   
 〈託児〉 支援センター「おひさま」  
 〈申込期限〉 8月12日(水)

### 子育て講座「親子で歯磨きレッスン」

〈日時〉 7月8日(水)  
 10時00分～11時30分   
 〈場所〉 町民センター 小ホール  
 〈対象〉 令和7年4月生まれ以降のお子さん  
 〈託児〉 町民センター 和室



### 下記の日程で水遊びを行います

〈日時〉 7月15日(水)・28日(火) 10時～11時頃まで  
 天候、気温の状況により中止の場合もあります。  
 〈用意するもの〉 水遊び用オムツ・バスタオル・着替え  
 飲み物・持っている人はラッシュガード  
 ※水遊び中は、子どもから目を離さないください。



## \* おひさま7月の行事予定 \*

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
			講座10時～ 「歯磨き」			
12	13	14	15	16	17	18
			水遊び 10時～			
19	20	21	22	23	24	25
	海の日		にこにこ相談 10時～			
26	27	28	29	30		
		水遊び 10時～				

