

# ここ♡すまいる♡通信 9月号

ここ♡すまいる♡ **観音寺** TEL 0875-25-2166

ここ♡すまいる♡ **大野原** TEL 0875-54-3055

ここ♡すまいる♡ **豊浜** TEL 0875-52-5535

お気軽にお問合わせください。



利用案内や毎月の通信を発信しています

観音寺市 SNS



観音寺市 HP は、こちらから



朝晩の外気温が少し下がり、虫の声も聞かれるようになりましたが、日中の暑さはまだまだ厳しいので、暑さ対策や感染症対策をしっかりして体調管理に努めましょう

この夏、パリオリンピックやパラリンピック(～9/8)があり、たくさんの感動をもらいました。人は感動することによって、脳からの「ドーパミン」(三大幸せホルモンの一つ)の分泌が活性化し、意欲の向上が図られ学習能力や仕事能力のアップなどが期待できるそうです。

乳幼児の場合はほめられると、「ドーパミン」が分泌され、「快感」と「やる気」が起き「楽しい」「もっと頑張ろう」という意欲につながるそうです。子どもの成長に感動し、親として共に成長していきたいものです。

9月1日は「防災の日」、8月30日から9月5日は「防災週間」です。先日、初めて**南海トラフ地震臨時情報(巨大地震注意)**が発表されました。ものときの備えは大事です。地震や水害などに備え、避難経路や避難場所、はぐれた時の連絡手段など、家族で話し合っておきましょう。



## 利用について

対象者 子どもと保護者、子育てにかかわる人  
\*保護者の方だけでも利用できます。

日時 月曜日～金曜日 9時00分～11時30分  
14時00分～16時30分

◎ 利用する **ここ♡すまいる♡** に電話等で申込んでください。

◎ 電話での問合わせや相談は、9時～17時いつでも受付しています。

★**非常用持ち出し袋**の中身をチェック☑  
持ち出し袋は防水で両手が使えるリュックが理想  
避難の妨げにならないよう軽くコンパクトにまとめましょう。

- 飲料水
- 食品
- 携帯トイレ
- 雨具
- スマホ充電器、バッテリー
- ハンカチ・ミニタオル・手ぬぐい
- 軍手
- ポケットティッシュ、除菌シート
- ヘルメット
- 救急用品・常備薬
- マスク・生理用品
- ホイッスル
- 風呂敷
- ビニール袋
- メモ帳、ペン
- 安全ピン
- 現金(小銭)
- 小型懐中電灯
- 新聞紙
- ラップ



### 【乳幼児のプラスαグッズ】

- おむつ、おしりふき
- 粉ミルク、月齢に応じた食べ物
- お気に入りのおもちゃやぬいぐるみ
- タオルケット、着替え

・常に見える  
・すぐ持ち出せる場所に

\*家族構成にあわせて必要な物を準備しましょう。

### 【暑さ・寒さ対策】

冷感タオル 扇子 使い捨てカイロ 等  
防災グッズや携帯トイレなどを準備しているだけでなく、ぜひ一度使ってみて、安心して使えるようにしておきたいですね。

## 就学前児童親子相談

臨床心理士・公認心理師 **入江 輝** 先生

ここ♡すまいる豊浜 9月11日(水)10時～12時

ここ♡すまいる観音寺 9月24日(火)10時～12時

\* お子さんと一緒に保護者の方だけでも利用可。

\* 各 **ここ♡すまいる♡** で予約を受付けています。

## ここすまひろば みらい

9時30分～11時30分

時間内であればいつでも参加できます

- ここ♡すまいる大野原 9月2日(月)
- ここ♡すまいる観音寺 9月5日(木)
- ここ♡すまいる豊浜 9月30日(月)

この日は、作業療法士の方を迎えて、一緒に遊びます

赤ちゃんから就学前のお子さん、どなたでも、親子で参加できる遊び・交流の場です。

## 親子遊び・交流会 親子deここすまいる

たくさんの方の参加をお待ちしています

日時：9月17日(火) 15:30～16:30  
場所：**大野原こども園** すくすく棟遊戯室  
対象：市内在住の4・5歳児親子

親子で触れ合う楽しい遊びがいっぱい!また、気軽に子育ての不安や悩みを相談することもできます。臨床心理士、作業療法士の方や子育て支援員と一緒に遊びましょう。(こんな遊びをしています)



## <お知らせ>

7月号に掲載した入江先生からのおすすめ本『ハネチンとブッキーのお子さま診療録』1.2巻が各ここ♡すまいるに入りました♡♡