



松島町  
児童館だより  
6月号

# 松島町 児童館

☎ 354-6888 FAX 355-1022

松島の子育て

検索

## 開館時間

月～土曜日 午前9時開館  
小学生：夏季 4月～10月（午後5時まで）  
中学生：午後6時まで 高校生：午後7時まで

## 休館日

日曜・祝日・年末年始  
新型コロナウイルス感染予防の為、開館時間を短縮  
しています。詳しくは児童館までお問い合わせください。



https://matsushima-kosodate.com/



松島町こども  
支援班  
Facebook



https://www.facebook.com/  
Matsukodomo/

## 親子教室新年度がスタートしました！！



読み聞かせの会



なかよし教室



リズム遊びの会

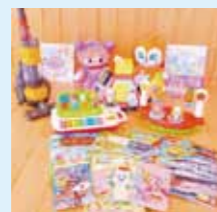


お母さんと一緒に  
“こいのぼり”を作りました！



## 新しいおもちゃの紹介

3月に行った「リサイクル広場」  
「第1回松島町婦人会バザー」の売  
上から、赤ちゃん用のおもちゃ、ぬ  
り絵等を購入させて頂きました。  
ご協力ありがとうございました。  
大切にさせていただきます。



## 児童館に「おもちゃ病院」がやってくる

壊れたり動かなくなったりした大切なおもちゃをドクター  
がお預かりして、可能な限り原則無料で治療します。症状に  
よっては一旦お預かりして後日受け渡しになる場合もありま  
す。また、事前に児童館でお預かりすることも可能です。

開設日・時間 6月11日㊥ 午前10時～午後1時

場 所 松島町児童館集会室

### そ の 他

- ①新品の部品と交換が必要な場合は、事前にご相談の上、実  
費を頂くことがあります。
- ②説明書や箱、付属品があれば一緒にお持ちください。
- ③不要になったおもちゃは、部品を活用しますので捨てず  
お譲り下さい。

## 親子教室・イベント等の日程

\*マークは、乳幼児親子向けのイベントです。

教室名	対象	日程	時間	内容
*リトミックの日	未就学児親子 参加自由	6月 8日㊥	午前10時30分 ～午前11時	ピアノ教室の鈴木先生が、ボランティアで児童 館に遊びに来てくれます。音楽に興味のある親子さ ん集まれ！
*3B体操 定員 6組	2、3歳児親子 要申し込み	6月10日㊥	午前10時30分 ～午前11時30分	「3B」とは、“ボール”“ヘルター”“ベル”の 3つの用具を使った楽しい体操です！親子で楽しく 体を動かしましょう！講師は佐藤多嘉子先生です。
*読み聞かせの会	【登録制】	6月13日㊥	午前10時30分 ～午前11時	読み聞かせボランティア「おはなしころころ」さん による絵本や紙芝居、パネルシアターなど児童文化 を楽しみます。
*赤ちゃんほっとサロン	乳児(0歳児)親子 参加自由	6月14日㊥	午前10時 ～午前11時30分	初めての育児や、赤ちゃんとの生活で戸惑うことも あるかと思えます。助産師・保健師と一緒に、赤ちゃん のこと、母乳のことなどお話ししてみませんか？ 赤ちゃんを囲みながらほっとひと息つける時間を過 ごしましょう。
*なかよし教室	【登録制】	6月22日㊥	午前10時30分 ～午前11時30分	保育士の先生やお友達と一緒にクラス活動を経験し ます。2～3歳児の教室です。
*どんぐり保健室	0歳～18歳までの お子さまと保護者	6月22日㊥	午前10時 ～午前11時30分	松島町の保健師、栄養士とお子さまの成長や予防接 種、こたば、離乳食についてお話しませんか？気 軽に遊びに来て下さい！

## 6月は食育月間です ～食べ方チェンジで健康プチ投資～

食育月間を機会に、将来の健康に向けて普段の食べ方を見直し、健康投資をしてみませんか？

### 健康的な食生活の基本

- ① 朝・昼・夕の1日3食のリズ  
ムをととのえる
- ② 主食・主菜・副菜をそろえて  
栄養バランスをととのえる

### 食べ方チェンジで健康プチ投資

生活スタイルなどで左記の項目を実現することが難しいと  
きは、次のことにチャレンジしてみましょう！

- ① 野菜から食べる  
食物繊維が多く含まれる野菜から食べることで、食後血糖  
値の上昇を緩やかにします。
- ② よく噛んで食べる  
満腹中枢を刺激し、食べすぎを防ぎます。
- ③ めん類の汁は残す  
汁には多くの食塩が含まれているため、高血圧のリスクを高  
めます。

## 6月4日～10日は、「歯と口の健康週間」です



標語 「いただきます 人生100年 歯と共に」

「歯と口の健康週間」は、歯と口の健康に関する正しい知識を持ち、口の病気の予防に関する良い習  
慣をつけ、歯の健口寿命を延ばし、全身の健康増進を推進する週間です。

### お口のケアで免疫機能をアップさせましょう

私たちの身体は病気と闘うための大きな力（自己免疫機能）を持っています。この免疫機能を発  
揮するためには「お口のケア」が重要です。うがい・歯磨き・舌磨きなどの「お口のケア」をする  
ことで、感染を引き起こす細菌やウイルスを減少させ、感染予防につながります。

#### ★感染を防ぐための歯磨きのコツ

- 1、歯ブラシを小さく動かし、隅々まで磨く
- 2、歯を磨く時は、口を閉じるか、もう片方の手で口を覆って飛沫が飛ばないように磨く
- 3、うがい時は少量の水を含んで、シンクの近くでそっと吐き出す
- 4、口のケア後はシンク周りや鏡などのアルコール消毒をする

また長引くマスク生活によって口腔内及び口腔周囲（表情筋）の筋肉が衰えている恐れがありま  
す。「お口の体操」をして機能低下を防ぎましょう。詳しくはどんぐり健康相談をご利用ください。

どんぐり健康相談に関する問い合わせ 健康長寿課健康づくり班 ☎355-0703

## 健康長寿課健康づくり班(保健福祉センターどんぐり) ☎355-0703

### 乳幼児健診のご案内

内 容	日 付	受付時間	場 所	対 象
2歳6か月児歯科健診	6月21日㊥	午後0時45分 ～午後1時	JA高城避難所3階	令和2年1月～令和2年2月生
1歳6か月児健診	6月28日㊥	午後0時45分 ～午後1時		令和3年11月～令和3年12月生

### その他のご案内

内 容	日 付	時 間	場 所	備 考
母子健康手帳の交付	6月 6日㊥ 20日㊥	午前9時30分 ～午前11時	保健福祉センター どんぐり	※左記の日程以外での交付も可能なのでご連絡ください。 ※マイナンバーが確認できる書類と、運転免許証などの身元 確認書類をお持ちください。