



朝晩涼しくなり、赤とんぼが飛んだり、秋桜も咲きはじめ、秋を感じられるようになってきましたね。
9月1日は、防災の日。裏面に防災についてのお便りを載せましたので、参考にしてみてくださいね。

地域子育て支援センターにこにこひろば

対 象：市内在住、在勤のお子さんとその保護者の方

開催場所：下記をご参照ください

開催時間：9：30～11：30（みさと出張地域子育て支援センターは10：00～11：30）

連絡先：こども元気プラザ ☎ 26-6918



9月・10月の予定



☆中野方子育て支援センター☆

開催場所：中野方こども園遊戯室

- 9月** 14日（月）さかなつりごっこ
28日（月）スタンプ遊び
- 10月** 5日（月）うんどうかいごっこ
19日（月）ボールプールであそぼう
（中野方コミュニティセンター）

☆武並子育て支援センター☆

開催場所：武並こども園遊戯室

- 9月** 1日（火）感触あそび
8日（火）乳幼児学級と合同
こども園見学
- 10月** 6日（火）スタンプあそび（保育室）
20日（火）うんどうかいごっこ

☆やまびこ子育て支援センター☆

開催場所：やまびここども園遊戯室

- 9月** 2日（水）感触あそび
16日（水）さかなつりごっこ
（笠置コミュニティセンター）
- 10月** 14日（水）おさんぽ
（笠置コミュニティセンター）
28日（水）スタンプあそび

☆みさと出張子育て支援センター☆

開催場所：みさとこども園遊戯室

- 9月** 25日（金）スタンプ遊び
- 10月** 22日（木）うんどうかいごっこ

☆スタンプ遊びでは、親子共に汚れても良い服でお越しくださいね😊

※ 帽子や水分補給の飲み物、タオルなどをもってきてね！



- ☆ 開催日、遊びの内容が変わることがあります。
- ☆ ご利用者やご家族で、感染症等体調の悪い方がみえる場合は、利用をご遠慮ください。
- ☆ このおたよりは、恵那市のホームページからもご覧頂けます。
トップページ ⇨ 子育てサイトえなっ宝 ⇨ 施設を探す ⇨ 子育て支援センター
- ☆ 大雨、暴風など、恵那市に警報が発表されているときは、支援センターはお休みします。
- ☆ 恵那市こども元気プラザにも遊びに来てね（o^ー^o）

災害への備え

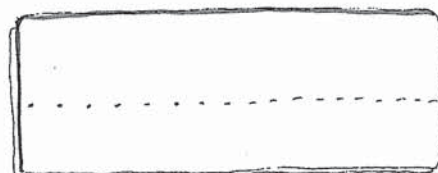
いつ来るかわからない災害。子ども・家族を守る備えをしましょう！



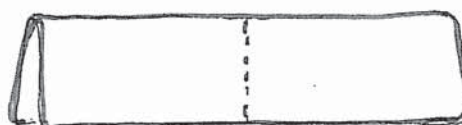
☆タオルを使った防災頭巾です。

中には、おむつやティッシュ、おしりふき カイロやマスク 日本手ぬぐい（割くと包帯の代わりに）ポリ袋（防寒のために着たり、水を入れたり、切り広げて使えます。）等を入れて、持ち歩けるようにしておくと、いざというときに役立ちます。）

大人用はバスタオル・子ども用はフェイスタオルで作ると良いです。



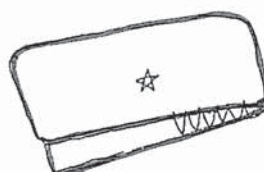
① タオルを2枚重ねる
点線で折る。



② さらに点線で折る。



③ 輪になっていない方を $\frac{1}{3}$ くらい縫う。
(安全ピンで留めてもOK!)



④ 上下のすき間に おむつや

ティッシュ等を入れ、入れた物が出てこないようきちとめる



・我が子の把握・・・病気（薬）・母子手帳のコピー・アレルギーの有無・種類
・我が子の愛用しているもの・・・子どもは、環境の変化に敏感で不安とストレスを抱えます。普段から遊んでいるおもちゃや食べ慣れているおやつ。気晴らしアイテムもあるといいですね。

※母乳が出ない、哺乳瓶がない・・・紙コップで授乳できます。

縦抱き または 膝に座らせませす。

下唇に紙コップをあて、ミルクが下唇に触るくらいに紙コップを傾ける。

赤ちゃんが自分から飲むようにします。

おすすめの備蓄食品



自分の家族に合った対策と備えを！

常温保存ができて、そのまま食べられる、または簡単に調理できるものがおすすめです。

主食（炭水化物を多く含むもの）



主菜（たんぱく質を多く含むもの）



副菜・その他



家族の状況に応じて用意する物



参考：農林水産省
「災害時に備えた
食品ストックガイド」