



子育てふれあいセンターだより

おひさま

丹波篠山市教育委員会こども未来部子育て企画課

2026/7/15発行



行 事		
日	曜日	行事名
		午前
1	土	お父さんルーム
2	日	
3	月	
4	火	
5	水	
6	木	
7	金	
8	土	
9	日	
10	月	
11	火	山の日
12	水	
13	木	
14	金	
15	土	
16	日	
17	月	
18	火	
19	水	
20	木	すくすく広場
21	金	
22	土	
23	日	
24	月	
25	火	
26	水	なかよし広場
27	木	
28	金	
29	土	
30	日	
31	月	

フレイルーム開放日									
ささやま		B&G 体育館		たんなん 赤ちゃんルーム		たんなん フレイルーム		にしき	こんだ
午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
				◆	○	◆	○		
○	○	×	○	○	○	○	○		
○	○	○	○	✿	○	✿	○	○	
○	×	○	×	○	×	○	×		
○	○	○	○	○	○	○	○		○
○	○	○	○	○	○	○	○		
				○	○	○	○		
○	○	×	○	○	○	○	○		
○	○	○	○	○	○	○	○		
○	○	○	○	○	○	○	○		○
○	○	○	○	○	○	○	○		
				○	○	○	○		
○	○	×	○	○	○	○	○		
○	○	○	○	○	○	○	○	○	
✿	○	○	○	○	○	○	○		
○	○	○	○	×	○	○	○		×
○	○	○	○	○	○	○	○		
				○	○	○	○		
○	○	○	○	✿	○	✿	○	○	
○	○	○	○	○	○	○	○		
○	○	○	○	○	○	○	○		○
○	○	○	○	○	○	○	○		
				○	○	○	○		
○	○	×	○	○	○	○	○		

- 利用可 ◆ お父さんルーム（父親と就学前の子のみ利用可）
 × 利用不可 ✿ 子育てほっと巡回相談実施日

利用対象：概ね2カ月～就学前の子どもと保護者
 プレママ・プレパパ

フレイルーム開放時間（混雑時には入館をお断りする場合があります。）

ささやま	たんなん	にしき	こんだ
月～金曜日	月～土曜日	火曜日	木曜日
【プレイルーム】 9：45～11：45 13：00～15：00 【体育館】 9：45～11：45 13：00～15：45	【赤ちゃんルーム】 9：45～11：45 13：00～15：00 【プレイルーム】 9：45～11：45 13：00～15：45（月～金） 13：00～15：30（土）	令和8年4月から曜日が変わりました。 9：45～11：45 （事業により開放できない日もあります。）	

すくすく広場（4カ月～2歳未満）

「親子で楽しい！リズム」

- と き 8月20日（木）10：00～11：30（受付9：45～）
- と ころ 四季の森生涯学習センター東館 大会議室（丹波篠山市網掛429）
- 内 容 親子で楽しめる音楽遊び
- 講 師 永島 まり子さん（ムジカレーベン音楽教室主宰）
- 対 象 4カ月～2歳未満の子どもと保護者
- 定 員 30組（先着順）
- 持 ち 物 お茶、赤ちゃんに必要な方はバスタオル
- 申込期間 7月15日（水）～8月18日（火）



なかよし広場（2歳～）

「笑顔いっぱい音楽のおもちゃばこ」

～音楽を体で感じよう！～

- と き 8月26日（水）10：00～11：00（受付9：45～）
- と ころ 丹波篠山市民センター2階 多目的ホール（丹波篠山市黒岡191-1）
- 内 容 親子で音楽リズム遊び
- 講 師 ふらうむじーく
- 対 象 2歳～就学前の子どもと保護者
- 定 員 25組（先着順）
- 持 ち 物 お茶
- 服 装 動きやすい服装
- 申込期間 7月23日（木）～8月21日（金）



暑い夏は熱中症に要注意！

乳幼児や小児は体温調節機能が未熟です。特に汗をかく機能が未熟なため、体に熱がこもり体温が上昇しやすくなります。以下のポイントに日頃から注意しましょう。

- ✧水分をこまめにとる
- ✧日陰などを利用し、こまめに休憩をとる
- ✧日傘・帽子を使う
- ✧車内などの暑い環境に置き去りにしない
- ✧吸湿性・通気性のある服を着る
- ✧長時間暑い環境で遊ばない
- ✧外出時は照り返しに注意

(大人の顔の高さで気温が 32℃の時、子どもの顔の高さでは 35℃になる)

熱中症が疑われたら…

応急処置

- ①涼しい場所へ避難 ②体を冷やす ③水分・塩分の補給



乳幼児の体の水分割合は、体重の 70～80%といわれます。汗をかくのは、上がった体温を下げるため、皮膚から熱を奪って体を冷やします。水分補給するときは、消化吸収に時間のかかる牛乳や、糖分を多く含むジュースなどは控え、水や麦茶にしましょう。子どもは汗をかきやすいので、熱中症を防ぐためにも、こまめな水分補給を心がけるようにしましょう。

子育てほっと巡回相談

お子さんの成長・発達・栄養などの子育てについて、またご自身のことについて悩んでいませんか？
日頃気になることを保健師に相談ができます。

プレイルームでお子さんを遊ばせながら気軽に相談できる「プレイルーム相談」と相談室でじっくり相談できる「個別相談」があります。



✧「プレイルーム相談」【申込み不要】

と き：たんなん子育てふれあいセンター
月 2 回火曜日

ささやま子育てふれあいセンター
月 1 回水曜日

時 間：10時30分～11時30分

※都合により中止する場合があります。

✧「個別相談」【申込み必要】

と き：随時（申込み受付後に調整）

時 間：10時～10時50分

ところ：たんなん…たんなんセンター2 階
ささやま…城東公民館

申込み・問合せは各子育てふれあいセンターへ
(留守番電話での申込みは出来ません。)

子育てふれあいセンターは、就学前の子どもを育てる親（祖父母）が気軽に集い、お友だち作りをしたり、子育てについて学習したり、相談したりする施設です。皆様のご利用をお待ちしています。

尚、お子さんの行動には十分注意をして、責任を持って利用しましょう。ご意見やご要望がありましたら、お寄せください。

◆センター利用・事業参加時のお願い◆

- ・熱（お子様 37.5℃・保護者 37.0℃以上）や咳がある等、体調不良の方は利用をお控えください。
- ・感染症予防のため、マスク着用を推奨しています。また手指消毒にご協力ください。
- ・事業によっては、対象児以外のきょうだいの参加をお断りする場合があります。
- ・学級閉鎖で、園・学校がお休みの時はご利用いただけません。
- ・事業の参加は、市内在住者を優先いたします。

ささやま子育てふれあいセンター

〒669-2441

丹波篠山市日置 385-1（B&G海洋センター体育館内）

TEL&FAX 079（556）2100

開館日 月～金曜日（祝日・年末年始は閉館）

開館時間 9：15～16：15

たんなん子育てふれあいセンター

〒669-2205

丹波篠山市網掛 429（丹南商工会館1階）

TEL&FAX 079（594）1040

開館日 月～土曜日（祝日・年末年始は閉館）

開館時間 9：15～16：15

※フレイルーム開放日は、表紙のカレンダーをご覧ください。

にしき子育てふれあいセンター

〒669-2734

丹波篠山市宮田 216（西紀老人福祉センター1階）

TEL 079（593）1323（職員不在時は転送）

開館日 火曜日（祝日・年末年始は閉館）

開館時間 9：45～12：00

こんだ子育てふれあいセンター

〒669-2153

丹波篠山市今田町今田新田 14-1（丹波篠山市役所今田支所2階）

TEL 079（597）2125（職員不在時は転送）

開館日 木曜日（祝日・年末年始は閉館）

開館時間 9：45～12：00

子育てふれあいセンターだより「おひさま」は
丹波篠山市ホームページから閲覧できます。

子育て・教育 → イベント・おでかけ → 子育てふれあいセンター
→ 子育てふれあいセンターだより おひさま

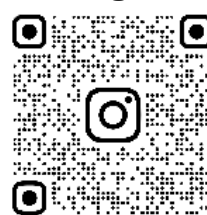


丹波篠山市公式 **LINE**

友だち追加



Instagram



SASAYAMA_KOSODATE

おひさま9月号発行予定 8月14日（金）