



夙川さくら保育園 子育てだより 33号



〒662-0046 西宮市千歳町4番19号 TEL:0798-23-1211 FAX:0798-23-1210

子育て支援講座のご案内 (9月～)

	日程	時間	対象児	申し込み開始日
短期体験	9月24日(金)	10:00~10:30	0歳児	8月24日(火)～
	10月8日(金)	10:00~10:30	1歳児	9月8日(水)～
育児講座 感触あそび 離乳食講座	9月3日(金)	10:00~10:30	10ヶ月～5歳児	9月3日(金)
	10月1日(金)	10:00~10:30	6か月～1歳児	9月1日(水)
すくすく子育て教室 敬老の日	9月14日(火)	10:00~10:30	18か月～5歳児	8月16日(月)

※申し込み時間・・・平日の9:30～11:00の間にお電話で(電話番号は上記参照)

※持ち物・・・お茶、帽子、着替え

※年齢について・・・0歳児 2020年4月2日～

1歳児 2019年4月2日～2020年4月1日



園庭開放についてのお知らせ

8月中は、高温のため、園庭開放はとりやめます。

感染防止対策として、土曜日に開催しています。保育園のホームページをご覧ください。

園見学についてのお知らせ

順次開始しています。

詳しくはホームページに掲載します。ご覧ください。



☆保育園の様子 うさぎ組(2歳児)☆

うさぎ組では水や泥んこ、米ぬかなどいろんな感触遊びをしています。水あそびではスコップですくってコップに移し替えたり、ペットボトルやじょうろを使って水をかけ合ったりとっても楽しそうな子ども達です。

ごっこあそびが好きな子ども達なので色水あそびをすると、赤や青など色が混ざる様子を不思議そうに見て「ぶどうジュースだよ」「いちごジュースできた」とたくさんジュースを作りました。ペットボトルに好きな色のクレヨン紙を数色入れてペットボトルを振ると色が変わり、一人ずつ専用のジュースができました。「かんぱ〜い」と言いながら飲むまねっこをしたり、「いらっしやいませ」とジュース屋さんごっこをしたりしています。



もぐばくだより



1年中で一番暑いこの季節、子どもの熱中症には気を付けたいものです。子どもの体はほぼ水分で構成されています。大人の水分の割合は60%に対し、赤ちゃんは80%、幼児は70%が水分といわれています。体の中の水分は体温調節の役割を果たし、汗や尿で体の外へ出てしまった水分は、速やかに補う必要があります。

◎乳児：150 ml/kg/日…体重1 kgあたり150 mlを目安に1日で摂取

◎幼児：100 ml/kg/日…体重1 kgあたり100 mlを目安に1日で摂取

一度にたくさんの水分を摂るのではなく、こまめに少量ずつを飲ませるようにしましょう。イオン飲料は、かなりの糖分が含まれていますので、そのまま飲ませるのではなく、水などで薄めて飲むようにしましょう。

成人の水分摂取は50 ml/kg/日を目安に、水分摂取を心掛けましょう。



～熱中症～



毎日、暑い日が続いています。高温多湿な環境で過ごしていると熱中症を起こしやすくなります。特に子どもは、体温の調節機能が未発達なため、熱中症や脱水症になりやすく注意が必要です。

熱中症とは…

気温が高いことなどで身体の中の水分や塩分(ナトリウムなど)のバランスが崩れたり、体温の調節機能がうまく働かず、体内に熱がこもり、体温が以上に上昇したりすることで起こります。

主な症状：顔面紅潮・発熱・めまい・しびれ・頭痛・吐き気・嘔吐・元気がない・ぐったりしているなど

熱中症を防ぐために・・・

① 暑さを避ける

- ・熱のこもりやすい服を避け、帽子を被りましょう。首まで隠れるものが望ましいです。
- ・エアコンや扇風機を活用しましょう。

② こまめに水分補給

- ・のどが渇く前にこまめに水分補給をしましょう。保育園では、園庭遊びの前後など活動の節目に水分補給するよう心がけています。
- ・朝は食事と一緒に水分をとりましょう。

③ 子どもを一人にしない

- ・高温の室内や車内は熱中症になりやすく危険です。

「熱中症？」と思ったら・・・

○涼しい場所委で休ませる

衣服を緩め、ボタンやベルトを外す。
本人が楽な姿勢で寝かせる。

○体を冷やす

首回り、脇の下、足の付け根を冷やす。

○水分・塩分の補給

こんなときは救急車を！！！！！！

意識がはっきりしない・吐き気・嘔吐・けいれん
熱が下がらず上がり続ける・水分の補給ができないなど