



夙川さくら保育園 子育てだより 57号



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

子育て支援事業のご案内 (9月)

★申し込みは Instagram をご覧ください★

	日程	時間	対象児	申し込み開始日
敬老の日の制作	9月1日(月)	10:00~10:45	18か月~5歳	8月1日(金)~
保育園見学ツアー	9月6日(土)	13:30~14:00	どなたでも可能	定員になりました
保育園見学ツアー	9月8日(月)	13:30~14:00	どなたでも可能	定員になりました
保育園見学ツアー	9月13日(土)	13:30~14:00	どなたでも可能	定員になりました
運動会ごっこ	9月29日(月)	10:00~10:45	1歳児~3歳児	8月29日(金)~
短期体験保育	9月24日(水)~ 26日(金)	10:00~11:00	月齢に合わせた クラスへ親子で 一緒に入ってい たきます。	8月22日(金)~

※申し込み時間・・・Instagram よりお願いします。定員になり次第締め切らせていただきます。

※持ち物・・・お茶、帽子、着替え、タオル



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。



☆保育園の様子 らいおん組(5歳児) ☆

5歳児らいおん組はもうすぐお泊り保育があります。毎年、保育園でのお泊まりはこどもたちもワクワクドキドキ。子ども達みんなで意見を出し合って、たくさん相談をして子ども達が主体となって計画を進めています。今年のテーマは「お化け屋敷」となりました。みんなでお化け屋敷を作るために、窓には遮光ネットを張って少しだけ暗くして、思い思いのおばけを作ってお部屋中お化けだらけになってきています。保育園の小さいクラスのお友達に遊びに来てもらうことをワクワクしながら準備をしています。

もぐばくコーナー



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があり、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、お父さん・お母さんもしっかりと水分摂取を心掛けましょう。



すくすくだより ～熱中症～

毎日暑い日が続いています。高温多湿な環境で長く過ごすと、熱中症を起こしやすくなると言われています。特に子どもは、体温の調節機能が未熟なため、熱中症や脱水症になりやすく注意が必要です。

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

熱中症にならないために・・・

①暑さを避ける

- ・熱のこもりやすい服を避け、帽子をかぶりましょう。
- ・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。
- ・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



★涼しい所で休ませる

衣服をゆるめ、ボタンやベルトをはずす。
本人が楽な姿勢で寝かせる。

★体を冷やす

首のまわり、わきの下、足の付け根を冷やす。

★水分の補給

意識がない場合は、無理に飲ませない。

意識ははっきりしない、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



こんな時は救急車を呼びましょう！！