



# 夙川さくら保育園 子育てだより 第9号



社会福祉法人 甲山福祉センター

夙川さくら保育園 〒662-0046 西宮市千歳町4番19号

TEL : 0798-23-1211 FAX : 0798-23-1210

## 夙川さくら保育園の特色を紹介します



### 身体づくり

- ・ 年間をとおして、素足で過ごします。歩くことを重視し、乳児期より積極的に散歩に出かけます。
- ・ 年齢にあった運動を取り入れ、しなやかな身体をめざします。

### 友だちと一緒に楽しむ

- ・ 年間さまざまな行事に取り組みます。
- ・ 年齢別の保育を基本としながら、異年齢児との関わりを持つようにします。
- ・ 法人の他施設や地域の子ども達と交流をし、さまざまな人と関わります。

### 豊かな感性を育む

- ・ 季節や自然を感じるあそびをします。
- ・ 身近な生き物や植物を子どもたちの手で育てます。
- ・ 絵本の読み聞かせを大切に、絵本を題材にした遊びを楽しみます。

### 食育

- ・ 手作りを基本とし、添加物の入った食品はなるべく使用しません。
- ・ 旬の食材にこだわり、さまざまな味に出会うことを大切にします。
- ・ 野菜を育て収穫し、食べる意欲へつなげます。
- ・ 自分たちで食材の変化を楽しみながら、クッキング保育をします。



## 西田公園へのお散歩 (2歳児編)

春のお散歩はに2歳児クラスに進級したばかりなので、近くを歩いて楽しんだり、夙川方面へ鯉のぼりに会うのを楽しみに出掛けたりするうさぎ組でした。

5月には西田公園へ滑り台で遊ぶことや、木の実を探しを楽しみに出掛けました。目標を持って出かけると、散歩の準備や身の回りのことを「自分でやってみようかな」と思う気持ち膨らむ様子がありました。公園には道具を持っていかなくても、みんなで木の陰に隠れてかくれんぼして遊んだりするのがとても嬉しそうな子どもたちです。8月も夏の虫探しもしたいところですが、この暑さではまだお預けですね。その分、今はプールで思い切り遊んでいます。

心地よい風が吹いてくる頃に、またみんなで出かけて駆けっこや、鬼ごっこ、宝物さがしなど楽しんでいこうと思います。



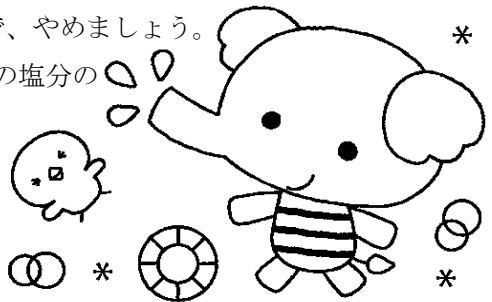


## もぐ・ぼくコーナー



\* 暑い夏、プールやお出掛けのあと、熱が出たり体調を崩すことがよくあります。  
 \* 高温多湿の気候は、子どもや高齢者の体調に負担がかかる季節でもあります。  
 \* 気温が 32℃以上・湿度が 60%以上の環境で、十分に水分補給をしないで運動するなどで、熱中症を発症するといわれています。  
 \* 熱中症予防のために、ご家庭で「手作り経口保水液」を作ってみませんか？

材 料	量	清潔な容器に、材料をいれ溶かし冷蔵庫で保管、必ず1日で飲みきる。ペットボトルで保存のときは直接口をつけて飲むと雑菌が繁殖しやすいので、やめましょう。
水	1ℓ	
塩	小さじ 1/2	
砂糖	40 g	*熱中症予防には、少量の塩分が入った飲み物が適しています。
レモン果汁	少々	



## すくすくだより ~熱中症~

毎日暑い日が続いていますね。高温多湿な環境で長く過ごすと、熱中症を起こしやすく要注意です。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。

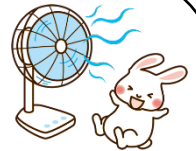
主な症状：顔面紅潮・発熱・めまい・しびれ・頭痛・吐き気・嘔吐・元気がない・ぐったりしている など

### 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！！**

