

社会福祉法人弘文会 浦添市公私連携 港川こども園

住所 浦添市城間 4-37-1 (港川小学校敷地内)

TEL098-878-3011 R4年7月25日発行

8月 エンジョイ育児 通信

毎日晴れ渡るあおぞらの下、暑さにも負けず伸び伸びと過ごしている子どもたち。たくさん遊んで、いっぱい食べて、そしてしっかりと休息をとりながら、体の変化に気をつけ、暑い夏を元気に過ごせるようにしたいですね。乳幼児は、大人よりも脱水症状や熱中症になりやすいです。こまめに水分補給を行い塩分も少しずつ補給しながら、楽しく夏を乗り越えましょう！！



子育て支援事業	月	火	水	木	金
☆電話相談 ◎園庭開放 10:00~16:00	1 親子ひろば 9:15~11:15	2	3 親子ひろば 9:15~11:15	4	5 親子ひろば 9:15~11:15
☆電話相談 ◎園庭開放 10:00~16:00	8 親子ひろば 9:15~11:15	9 	10 旧盆 (ウンケー)	11 山の日 (公休日) 旧盆 (ナカヌビー)	12 旧盆 (ウークイ)
☆電話相談 ◎園庭開放 10:00~16:00	15 親子ひろば 9:15~11:15	16	17 水遊び(0.1.2歳) 9:15~11:15 要予約	18	19 水遊び(0.1.2歳) 9:15~11:15 要予約
☆電話相談 ◎園庭開放 10:00~16:00	22 親子ひろば 9:15~11:15	23 	24 親子ひろば 9:15~11:15	25	26 2学期始業式
☆電話相談 ◎園庭開放 10:00~16:00	29 親子ひろば 9:15~11:15	30	31 お誕生日会 9:15~11:15		

※水遊びは、事前に予約をお願いします。当日の受け入れは、いたしかねますのでご了承ください。

港川こども園 子育て支援事業

- ① 電話相談 平日 10:00~16:00
育児の気になる事や相談事がありましたら、一人で悩まずお気軽にお電話ください。
(TEL 098-878-3011 担当者 村山まで)
- ② 園庭開放 平日 10:00~16:00
港川こども園の園庭を開放しています。お子さんと過ごす時間にご活用ください。
- ③ 親子交流 月、水、金 9:15~11:15
港川こども園でお子さんと一緒に楽しい時間を過ごしてみませんか。お待ちしております。

★8月 お誕生会

8月生まれのお友達をみんなで、お祝いします！！

※お誕生日のお子さんは、1週間前までに事前予約

水遊び・・・8/17(水)・24(水) 9:30~

☆持ち物 着替え・たおる・汚れ物入れ

プール用紙おむつ・保護者の着替えなど

※動きやすい服装での参加(普段着での水遊び)

※コロナ感染状況により、中止する場合があります。

ご利用のお約束

- ① 園庭開放や親子交流は親子でのご参加をお願い致します。又、事前に利用のご連絡を頂きますようお願い致します。
- ② ご利用の際に、名簿等のご登録を頂きます。
- ③ 来園前に親子で検温頂き 37.5度以上の発熱や咳・鼻水等の体調不良がないことを確認してお越し下さい。
- ④ 保護者の方は、マスクの着用をお願い致します。
- ⑤ こまめな水分補給のため、水筒等のご持参をお願い致します。
- ⑥ 小学校の敷地内のため駐車場はございません。徒歩もしくは、公共交通機関をご利用ください。
- ⑦ 新型コロナウイルス感染症の流行状況によって、親子交流の中止やご利用人数に制限を行う場合がございます。あらかじめご了承ください。
- ⑧ 駐車場ご利用ができませんので、公共機関をご利用下さい。 ※諸事情等がある場合は、園へお問い合わせをお願いいたします。

子どもの熱中症対策・予防方法

子どもは熱中症になりやすく、発症した場合は重症化するスピードも速いのが特徴です。

熱中症は暑い時期になるとよく見られる病気であり、時には重症化することもある病気です。

子どもは自分自身で熱中症対策をすることはできませんので、わが子を守るためにもご両親が徹底した予防対策を行いましょう。

☆こまめな水分補給

大人の体には水分量が約60%に対し、こどもは70%もあります。大人よりも子どもに必要な水分量が10%分多いため、発汗によって失われた水分と電解質をこまめに補給することが大切です。

具体的には、**20分おきに100ml~250ml**の水分補給がよいとされています。外出時には水筒などを持ち歩いてどこでも水分補給ができるよう準備しておきましょう。

☆気温が高いときは外出を控える

子どもは外で遊ぶのが大好きですが、気温が28℃を超えると熱中症を発症しやすくなります。特に31℃以上になると運動などしていなくても熱中症になる危険性があります。無用な外出は避けた方が無難ですが、外出する場合も午前中や夕方など気温が低い時間帯を選びましょう。

☆衣服の調整をする

子どもの衣類は気温や湿度によって、その日に合ったものを選ぶようにしましょう。外で遊ぶ時には直射日光を避けるための帽子必須です。というのも、汗に濡れた衣服は汗の蒸発を邪魔して身体に熱をこもりやすくするからです。外出時には、お着替えを持ち歩き、汗で衣服が濡れた時は着替えさせてあげるようにしましょう。

☆子どもは夢中で遊んでいると体調の変化などに気づかず、重症化して初めて発見されるケースも少なくありません。特に外遊びのときは、汗の量や顔の赤さなどをよく観察して15~30分に一度は木陰などの涼しい場所で休憩するよう促しましょう。

☆熱中症からわが子を守るために正しい予防対策を行いましょう。熱中症が疑われる場合は、身体などを冷やすなどの応急処置を行い、状態に応じて速やかに医療機関を受診することが大切です。

Kracie コラム参照



今月のおすすめ絵本

ねないこ だれだ

暑い夜の就寝前に1番読み聞かせたい絵本、せな けいこさんの絵本シリーズです。NHKのラジオで「子ども時代の肝試しや、「怖い」と思う感情は、逆の「笑い」や「喜び」の感情を育てる大切な要素」というお話があったらしいですよ。それだから、子ども達に人気があるんだな~と思いました。

できるかな？

あたまからつまさきまで

ペンギン、きりん、さる、ごりら。動物の動きに合わせて、曲もあり親子で楽しく踊れる絵本です。内容も歌を唄いながら覚えられる楽しい1冊です。

おしり

いろいろな動物たちが、次のページでくると後ろを向き、笑顔でおしりを見せてくれます。自分のおしりに気づく瞬間の表情は、この時期にしか見られないレアな表情ですよ。こどもと一緒にいる時間を楽しませてくれる絵本です。

