



フロールだより

いつの間にかセミの声が聞こえ始め、季節はすっかり夏です。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取りながら、体の変化に気をつけつつ、暑い夏を元気に過ごしていきたいと思います。

8月の予定

| SUN | MON | TUE | WED | THU | FRI | SAT |
|------------|-----|-----|-----|-----|---------------|-----------|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 休園日 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 山の日 休園日 | 12 |
| 13 休園日 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 お楽しみ会 | 19 |
| 20 休園日 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 地震訓練 | 26 休園日 |
| 27 休日保育 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

今月の絵本

- ★「ずぼっじー」
作：高橋 裕次（講談社）
- ★「しろくまくんのパンツ」
作：tupera tupera（プロンズ新社）

今月の歌

- ♪うみ
- ♪みずてっぽう

おねがい

お着替えBOXの確認をお願いします。

本格的に暑くなってきました。汗をかいた日はこまめに拭き取ったり、着替えたりしますので多めに着替えBOXに補充をお願い致します。また、再度記名の確認をよろしくお願い致します。

保健

熱中症



子ども達は、体温の調節機能が未熟で、大人よりも暑さに影響を受けやすく、熱中症になりやすいと言われています。日頃から対策をしっかりと行って、元気に過ごせるようにしましょう。

○こまめに水分補給をしましょう。

子どもは新陳代謝が活発です。喉が渇く前に、こまめに水分補給をしましょう。

○適度な外遊びで、夏の暑さに体を慣らそう。

適度に体を動かし汗をかいて、暑さに慣れるようにしておくと、暑さに対し汗をかきやすい体になります。汗は、体内の熱を放出し、熱中症の予防にもなります。

○エアコンを上手に使おう。

高温・多湿などの条件が揃えば、室内でも熱中症は起こります。ただ、冷やしすぎにも要注意！扇風機などを活用し、空気を循環していきましょう。

熱中症が疑われるときの対応のしかた

- ①風通しのよい場所や、涼しい場所に移動させて休ませる。
- ②保冷剤をタオルで巻いた物などを、太い動脈の部分に当てて体を冷やす。（首・わきの下・太もものつけ根）
- ③熱を測る。（様子を見ながら30分ごとに測定するのがよい）
- ④水分を摂らせる。（経口補水液を少しずつ飲ませるのがよい）

今月の保育目標

- 保育者や友達との遊びに興味をもち、触れ合いを楽しむ。
- 喃語や指差しなどで自分の気持ちを表現する。
- 保育者に見守られながら、自分で衣服や靴の着脱をしようとする。

熱中症のサイン



- ☆生あくびをしている
- ☆いつもより元気がない
- ☆ぐったりしている
- ☆会話がうまくかみ合わない
- ☆頭痛、吐き気、嘔吐がある
- ☆熱がある
- ☆顔面蒼白



・40℃以上の高熱・けいれん・意識がない
こんな時は救急車を呼ぶ！

食育

経口補水液の作り方

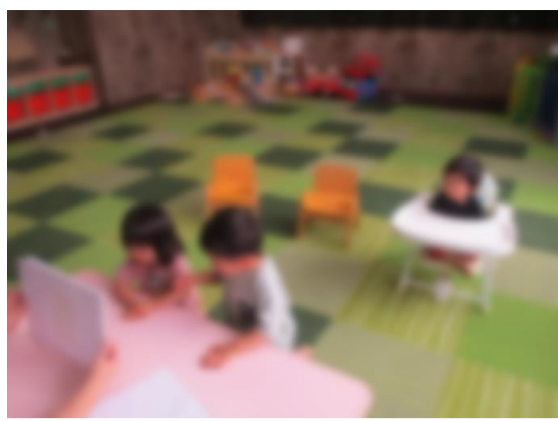
○材料

- ・水（湯冷ましでも）→1リットル
- ・塩→3グラム
- ・砂糖→40グラム

○作り方

- ・水または湯冷ましの中に、塩と砂糖を入れてよく混ぜる。

※レモン汁を混ぜてもよい。



☆☆ 七夕集会
七夕集会では、紙芝居を聞いたり、たなばたの歌を歌ったりして楽しみました。



第1回保育参観

保育参観では、親子での触れ合い遊び、リトミックを行いました。出来なかった事が出来るようになり、自信がついた子もいました。お父さん、お母さんに沢山触れ合えてとても嬉しそうでした。お忙しい中のご参加、ありがとうございました。

