あいいく通信

7月

幼保連携型認定こども園
深芝保育園子育て支援センター
令和５年　７月

　蒸し暑い日が続いていますが、子供たちは、汗をかきながら元気いっぱいあそんでいることと思います。
　この季節は、暑さのため疲れが出やすく、睡眠不足、食欲不振、体温調節がまだできないため急な熱も出やすい時期です。
日陰で遊んだり、こまめに水分補給をし、熱中症対策をしながら体調管理に気をつけながら楽しみたいですね。

七夕

織り姫と彦星が年に一度会える七夕の日。七夕飾りを作りながらその由来を知っていくと、七夕への興味も深まっていきそうです。夏の星座を眺めながら、願い事を考えてみるのもいいですね。

今月の子育て支援講習会

運動遊び

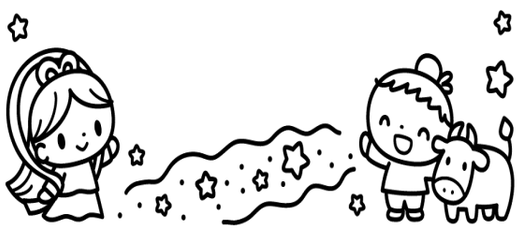
専任講師と一緒に身体を動かして楽しみましょう♪
27日（木）10時から11時
2階ホール
※電話にて申し込みください

お知らせ

14日（金）は、
行事の為お休みします。

7月の予定

☆子育て支援講習会…27日（木）
☆園庭開放…月～金曜日



普段の飲み物は何を飲ませていますか？

　水分補給のために普段からジュースやスポーツドリンク、炭酸飲料、乳酸菌飲料などを飲ませていませんか？　これらの飲み物を日常的に飲んでいると、糖分のとりすぎになり、おなかがいっぱいになって、ごはんを食べたがらなくなったり、むし歯になりやすくなったりします。普段の水分補給には、水やカフェインの含まれていない、麦茶や水を飲ませるようにしましょう。

熱中症に注意を

　熱中症は、汗がかけなくなり、体温調節ができなくなることで起こります。子どもはおとなよりも体内の水分の比率が高いので、水分が失われると脱水症状を起こしやすくなります。子どもは、遊びなどに夢中になると水分補給を忘れてしまいがちなので、こまめに声をかけ、水分をとらせるように心がけましょう。
　また、外で遊ぶ時には、帽子をかぶらせて、木陰などの涼しいところで休ませながら、水分を補給するようにします。

太陽と上手につき合おう！

　紫外線量の増えるこの時期は、外にいるのが短い時間であっても日焼けをしてしまいます。特に注意したいのが、海などで急激に日焼けをすることです。海水浴に来て、真っ赤に日焼けした乳幼児を見かけることがあります。ひどい日焼けはやけどと同じです。こうした場合には、発熱することもあります。紫外線を浴びすぎないためにも、帽子をかぶり、日焼け止めをこまめにぬります。また、炎天下で長時間遊ぶことがないように気をつけましょう。