

# 7月のまげんだより



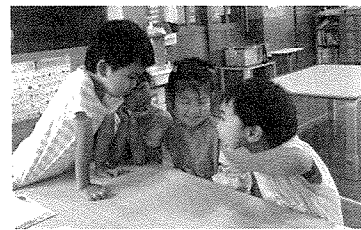
太陽の子保育園 2023年7月号

梅雨も明け夏本番!! 心弾む夏がやってきました。  
 天気によければ、毎日みずあそびを楽しむ予定の子どもたちです。  
 でも、この時期は、元気そうに見えても体は疲れているものです。  
 おうちではゆったりと過ごせるようにご配慮をお願いします。

題字と手書きのイラストは、らいおん組さんに  
 書いてもらいました。

## ~~~~らいおんぐみさん、歯の保健指導~~~~

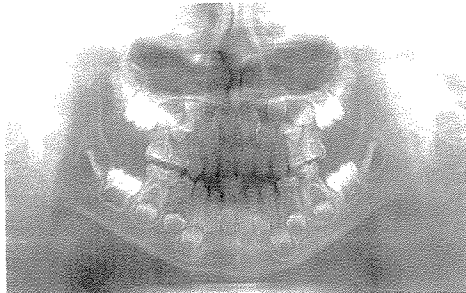
クイズ!  
 子どもの歯 なん本?  
 大人の歯 なん本?



何本あるのか、  
 かぞえちゃおう♪

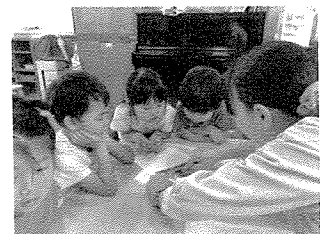
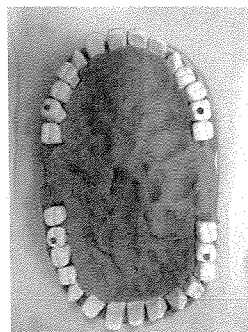


粘土の歯茎に、一本ずつ歯の模型をうえて、  
 歯の生え方を勉強しました。



6歳の子のレントゲン写真です。  
 生えている子どもの歯の下に大人の歯があります。

奥歯の模型で、  
 粘土で作った人参をつぶすと・・・  
 溝に人参が詰まっています。  
 歯磨きしないとね。



レントゲン写真で、  
 子どもの歯と、大人の歯の数を数えてみよう

こたえ!  
 子どもの歯20本 大人の歯28本

## ~~~~プールについて~~~~

プール遊びは、全身で水の感触を楽しみ、気持ちを解放出来ます。  
 水の刺激で温度に対する抵抗力をつけ、皮膚を丈夫にし、自律神経の働きを活発にします。また、血液循環をよくし、心臓や肺の機能を高めるなど丈夫な身体を作ります。

一方で、プール遊泳は、水の抵抗により体力を消耗します。また、体が冷えることから、体温を維持するためにエネルギーを使うので、免疫力が低下した状態となります。体調の悪いときは、プールを見合わせることも大切です。

**とびひ**  
 感染経路は、接触感染であり、プールの水を介しては感染しません。ただし、病変部が水でふやけて掻き壊しがとんだり、接触してうつることがあります。また、水中で皮膚がふやけることは、とびひの悪化につながるため、とびひのある園児はプールは入れません。

**水いぼ**  
 感染経路は接触感染です。プール水ではうつりません。プールには病変部をガーゼや絆創膏などで覆ってください。水いぼの数が多く、覆いきれないときは、シャツやスポンをはいて入ります。

夏のすべり台 表面は何度?

答えは...

① 約10℃	② 約30℃	③ 約70℃
--------	--------	--------

7月のよく晴れた日(気温31.0℃、湿度45%)の調査では...  
 すべり台: 70.5℃ ベンチ: 58.1℃ 地面: 69.6℃  
 になっていたそうです。

日差しに熱せられた遊具やアスファルトは、人の体温よりもはるかに熱くなっているのです。「すべり台によって、おしりをやけどした」「転んで地面に手をついたら、真っ赤になった」など、たくさん事故が起っています。外で遊ぶときは、熱中症対策はもちろん「夏のやけど」にも注意しましょう。

## ~~~~待つことの楽しさを~~~~

兄弟姉妹の少ない今、  
 家の中で「待つ」ことが少なくなっています。  
 むしろ、「待つ」ことは、いやなことと思っている子もいます。  
 クリスマス、お正月、楽しいことがいっぱいこの時、ワクワク、ドキドキしながら「待つ」ことが、楽しいことを知らせましょう。

また、順番がくるまで「がまんして待つ」もあります。  
 生活の場、遊びの場では、がまんの「待つ」が多いかもしれません。

ワクワク、ドキドキの「待つ」、がまんの「待つ」色々の「待つ」を経験させたいものですね。そして、お父さんお母さんも、子どものすることを、ちょっと待って下さいね。  
 「はやく、はやく!」の言葉を飲み込んで...日々の生活の中に「待つ」ことがいっぱいありますね。

ジュースに入っている角砂糖は 17個!?

角砂糖	約 17個分
レモン風味炭酸ジュース 500mL	約 17個分
スポーツドリンク 500mL	約 10個分
リンゴジュース(濃縮還元) 200mL	約 8個分

ジュースを飲みすぎると、太りやすくなったり、むし歯になりやすくなります。  
 普段の水分補給は、砂糖が入っていない水やお茶にしましょう。

### 一緒にやらないから一緒に予防を

大人の体をぎゅっと小さくしたのが  
 子ども...ではありません。

子どもの体は大人に比べ...

- ・心拍数は約1.5倍
- ・体内の水分量の割合は1.3倍
- ・地面から受ける照り返しは+3℃

たくさんの水分が  
 必要な体は、失う  
 水分も多いのです。



だから、一緒に熱中症予防

こまめな水分補給を忘れないでください。  
 のどの渇きをうまく伝えられない子もいる  
 ので、朝起きたと  
 きやお風呂の前後  
 など水分補給のタ  
 イミングを決めて  
 おきましょう。

