

# SunSun だより

2024年度・8月号

太陽の子保育園 子育て支援センター

梅雨も明け、いよいよ夏本番！！

水あそび、どろんこあそび、虫とりなど、

この時季ならではの開放的な「あそび」が繰り広げられています。

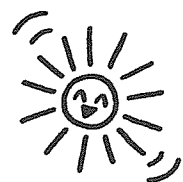
たくさん遊んで、いっぱい食べて、そしてしっかりと休息を取りながら、

体の変化に気をつけ、暑い夏を元気に過ごしていきたいですね。

8月は子どもたちの大好きな「プール開放」を園庭にて行います。

ご利用についてのお知らせ（別紙にて配布致します）をご覧ください、

お友だちを誘って是非あそびにきてくださいね♪



～プール開放日～

1日（木）、2日（金）、5日（月）、7日（水）、8日（木）、9日（金）、19日（月）、20日（火）、21日（水）、22日（木）、26日（月）

<今月の予定>

- ・6日（火）…ベビーマッサージ（あおぞら保育園）要申込
- ・23日（金）…「お誕生日会 8月生まれのお友だち」要申込
- ・27日（火）…「おおきくなったかな？」
- ・30日（金）…園庭開放（雨天中止）



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
28	29 びよびよ ひろば 〇歳児対象のホール開放 事前申し込み不要です。	30 SUNSUN ひろば ホール開放 事前申し込みは不要です。	31 園庭 開放日 事前申し込みは不要です。 雨天時は中止となります。	1 プール 開放 事前に給食検査が必要 雨天時は中止となります。	2 プール 開放 事前に給食検査が必要 雨天時は中止となります。	3
4	5 プール 開放 事前に給食検査が必要 雨天時は中止となります。	6 ベビマ 講座 〇歳児対象 事前予約が必要です。	7 プール 開放 事前に給食検査が必要 雨天時は中止となります。	8 プール 開放 事前に給食検査が必要 雨天時は中止となります。	9 プール 開放 事前に給食検査が必要 雨天時は中止となります。	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19 プール 開放 事前に給食検査が必要 雨天時は中止となります。	20 プール 開放 事前に給食検査が必要 雨天時は中止となります。	21 プール 開放 事前に給食検査が必要 雨天時は中止となります。	22 プール 開放 事前に給食検査が必要 雨天時は中止となります。	23 誕生日会 事前にお申し込みください	24
25	26 プール 開放 事前に給食検査が必要 雨天時は中止となります。	27 おおきく なったかな？ 〇・1歳児対象の身体測定 暑熱期による健康観察も	28 びよびよ ひろば 〇歳児対象のホール開放 事前申し込み不要です。	29 SUNSUN ひろば ホール開放 事前申し込みは不要です。	30 園庭 開放日 事前申し込みは不要です。 雨天時は中止となります。	31
1	2 園庭 開放日 事前申し込みは不要です。 雨天時は中止となります。			<p>太陽の子保育園 子育てひろば 2024年 8月度予定</p>		



# 夏のトラブル対策



## 真夏のおそとは熱中症が心配!



汗をたくさんかく季節には、脱水症状を起こさないように十分な注意が必要です

大量の汗をかくて脱水症状を起こし、体温調節が書かなくなる熱中症。子どもは体の調節機能が未熟なために、大人よりもずっと熱中症にかかりやすいので注意が必要です。ちょっとした油断が、命の危機につながることも……。水分補給を心がけるのはもちろんですが、無理な外出を控えるなど、親の行動いかに防げる病気ですから、しっかりと対策を。

### 熱中症の症状と対処法は

元気がなくなりぐったりする、顔が赤い、体が熱い、おしっこ回数・回数が減る、などが熱中症のサイン。青ざめて汗をかき、頭を痛がったり吐いたりする子もいます。こんなときは、すぐ涼しい場所へ移動し、衣服をゆるめて安静に。濡れタオルなどで体を冷やし、イオン飲料で水分を補給しましょう。自力で水分が取れなかったり、意識がはっきりしない、けいれんを起こすなどの場合は一刻も早く病院へ。



### 熱中症を予防するには

子どもは急に熱中症で倒れることもあるので無理をさせないよう大人が管理してあげて。炎天下では遊ばせないようにして、外出時は帽子をかぶせましょう。水分補給は水分と塩分を同時に補給できるイオン飲料で。海辺や運動中など大量の汗をかくときは20分間隔が目安です。気をつけたいのは車。エアコンをつけても日射しで車内が熱いことも。短時間でも、子どもを残して車を離れないように!

## あせもができちゃった!



あせも対策は、予防も治療も清潔を保つことが第一です

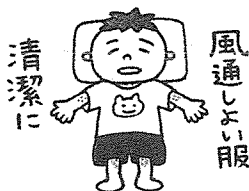
汗を出す「汗腺」に汗やほこりが詰まり、皮膚に炎症を起こしたものが「あせも」です。もっともよくある子どもの皮膚トラブルですが、だからといって軽くみないで! 気づかないうちにかきこわして重症化したり、細菌やカビによる感染を起こしたりすることもあります。そんなことにならないためにも肌を清潔にして、まずはあせもを退治しましょう!

### あせもの原因と対処法は

温度と湿度が両方とも高いとき、あせもはできやすいもの。冬でも発熱時や厚着のしすぎであせもができます。とくに頭、首、胸、もも、脇の下、ひじの内側など、汗の多い場所は要注意。また、車のチャイルドシートに座って背中が蒸れ、あせもになるケースも多いので気をつけて。軽いうちなら、肌を清潔にして衣服の風通しをよくすれば自然に治ります。ベビーパウダーは汗腺をふさいだり症状を悪化させることもあるので使わないほうが無難。

### あせもを予防するには

とにかく清潔にして、肌を涼しく湿度の低い状態に保つこと。首や関節周りは皮膚を伸ばすように洗います。予防のためならベビーパウダーも使ってOK



## 肌がこんなに焼けちゃった!



日焼けは肌のやけどですから、できる限り予防しましょう

日焼けは太陽の紫外線によって皮膚が炎症を起こした状態。れっきとした「やけど」の一種です。範囲と程度がひどければ、命にかかわることも……。また、子どものころから日焼けを繰り返すと、肌の老化が早まり、遺伝子が傷ついて皮膚ガンを起こすともいわれています。できるだけ予防して、ちよびり焼けたお肌にはきちんとアフターケアをしてあげましょう。

### 日焼けの症状と対処法は

やけどなので、基本はまず冷やすこと。水につけるか、濡れタオルなどで包んで扇風機を当てます。水痛ができたときは、つぶさないように気をつけて。広い範囲に水泡ができていたり、熱があったり、ショック症状が起きていたら、すぐに病院へ連れていきましょう。



### 日焼けを予防するには

1歳未満の赤ちゃんは皮膚が薄く日焼けが重症化しやすいので、夏の直射日光には当てないこと。例えばビーチに行くのは避けてください。その後3歳までは、日焼けや熱中症に厳重警戒が必要。アウトドアでは日陰を確保して適宜休ませ、帽子や服でできるだけ皮膚を覆います。日焼け止めは、肌との相性を確かめてから使うこと。少量を腕の内側に付けて1日様子を見て、かぶれなければ大丈夫です。

## おおきくなったかな?

身長・体重を測りにきませんか?

日時: 8/27(火) 9:45 ~ 11:15

場所: 保育園ホール

対象: 0・1歳児のお子様



## 赤ちゃん講座



### ベビーマッサージ あおぞら保育園

ベビーボンディング(ベビーマッサージ)で、赤ちゃん・お母さんともにリフレッシュ!!

日時: 8/6(火) 10:00 ~ 11:30

対象: 生後2カ月~12カ月の親子

募集: 毎回10組

会場: あおぞら保育園1階ホール

持ち物: バスタオル1枚・汚れてもいいタオル等・水分補給用の飲み物

服装: 普段着でどうぞ

料金: 無料(使用するオイルは実費にて販売)

講師: 0歳児クラス担当保育士

国際ボンディング協会  
ベビーボンディングケアスペシャリスト取得

申込み: 保育園まで予約のお電話をください

## 夏バテに負けないために

- ①たくさん遊んだ後は、十分に体を休めて、しっかりと睡眠を取りましょう。
- ②肉・魚・卵・豆製品・乳製品・緑黄色野菜を食べ、バランスの良い食事を心がけましょう。また、朝食は抜かずにしっかり食べましょう。
- ③牛乳やスープも水分補給のひとつです。清涼飲料水はできるだけ減らして、麦茶やお水を飲むようにしましょう。
- ④戸外へ出るときは、直射日光を避けるために、帽子をかぶりましょう。



## プール開放

日時: 開放日は裏面をご覧ください。

★11:15 ホール集合

(検温・着替え・水分補給・体操)

★11:30~12:00 プール開放

持ち物: 水着・水泳帽・サンダル  
タオル・プールバック

<お願い>

- ・登園前に必ず「検温」をお願いします。少しでも具合が悪いようでしたら、無理をせずお休みください。
- ・親子で水遊びを楽しんでいただく為、保護者の方も濡れてもよい服装でお願いします。(お母さんの着替えもあると安心ですね)

雨天等で中止となる場合、当日朝9:00にHPでお知らせします。

※雨天時はホール開放となります

### プール前のチェック項目

- 体温は平熱ですか?
- 爪は伸びていませんか?
- 鼻水は出ていませんか?
- 湿疹はありませんか?
- 下痢はしていませんか?
- 朝ごはんは食べましたか?



子育てお悩み相談はお電話・メールでもお気軽にどうぞ...  
info@sunshine.ed.jp

