



わくわく広場だより

2023年8月号 多伎こども園

梅雨も明け、夏本番となりました。今年も猛暑が予想されます。強い日差しに当たり続けると体調を崩しやすくなります。熱中症にならないよう、こまめな水分補給、休息をしながら暑い夏を元気に過ごしましょう。今月も水遊びなど夏ならではの活動も予定していますので、お知り合いを誘って、ぜひ遊びに来てくださいね。

最近のわくわく広場の様子より...

～七夕会～

七夕飾りを作って笹に飾ったり紙芝居を見たりしました。



～梅雨の制作～絵の具やスタンプ遊びをしました。



低年齢ほど危険な熱中症

本格的な夏がやってきました！強い日差しの中で心配になるのが熱中症です。0、1、2歳のころは、体温調節の機能が未熟で、代謝も活発なので、多くの水分が必要です。こまめな水分補給を！

こんな様子が見られたら…急ぎ病院へ！

- 唇や皮膚がかさかさしている
- おしっこが普段よりも少ない
- 暑いのに汗をかいていない
- 顔色が赤い、または青白い
- だっこをすると体がほてっている
- 一日中、うとうとしている
- ぐったりしている



こんなときは救急車を！

- 急激に39℃以上の熱が出た
- けいれんしている
- 意識がない
- 水をまったく飲まない



日射病・熱射病に注意

外で強い日差しにさらされて起こるのが日射病、蒸し暑い所に長時間いて起こるのが熱射病。総称して熱中症といいます。

予防のポイント♪



炎天下であそばない

日差しが強いのは、午前10時ごろ～午後2時ごろ。この時間帯の外あそびはできるだけ避けましょう。

ベビーカーは短時間で

ベビーカーは、アスファルトの照り返して熱がこもりやすいです。長時間の移動は避けましょう。

屋内外の温度差に注意

涼しい室内から急に気温の高い外に出ると、体力が奪われて危険です。

子どもを一人にしない

子どもを車や部屋に一人で残さないで。クーラーをつけていても危険です。

服装にも暑さ対策を

風通しのよい服を選び、帽子はつばが広いものを。

こまめな水分補給

少量の水分を30分を目安に、こまめに飲ませます。

