



社会福祉法人春献美会 いずみ保育園 令和3年8月号

夏の風物詩「アサガオ」は、朝に花咲くことからその名前が付いたようですが、なぜ朝が来たとわかるのでしょうか。実は光が当たらない時間と関係があるそうで、光が当たらない時間が10時間位続いてやっと花が咲く仕組みなのだそうですよ。人間の「睡眠」と似ていますね。アサガオのようにたっぷり睡眠をとって、元気な夏にいきましょう。

暑い日が続きます。保育園では、暑さ指数(WBGT)を見ながら外遊びを短めにする、水分をまめ取る等熱中症対策を行っています。また室内にいる時にはエアコンと換気に気をつけ、コロナ対策も同時に行っています。



夏を元気に過ごすポイント4っ!

<p>POINT ①早起き</p>	<p>POINT ②朝ごはん</p>	<p>POINT ③水分補給</p>	<p>POINT ④お風呂</p>
毎朝同じ時間に起きる習慣を。気温が上がる前に勉強や軽い運動をするのも◎。	寝ている間に不足した脳と体のエネルギーを補給。体内リズムを整えましょう。	熱中症は室内でも起こります。「のどがかわいた」と感じる前にこまめに水分補給を。	シャワーだけで済ませず、ぬるめのお風呂にゆっくりつかりましょう。

8月の保健目標

- ・夏を元気に過ごす
- ・暑さに負けない体をつくる



8月の保健行事

24日(火) 乳児健診

子どもは虫に刺されやすい? ~蚊の対策~

雨上がりや暑い日、蚊に刺されるお子さんが増えてきました。子どもたちは活発で、体温が高く、二酸化炭素を多く出し蚊に感知されやすいようです。

乳幼児期には虫刺されにより、大人より腫れたり水ぶくれになってしまうこともあるので、しっかり対策していきましょう。

保育園での対応

◇刺されたら・・・

- 流水で洗い流したり、冷やしてかゆみをやわらげます。
- ムヒベビーをぬっています。

◇日頃の対策・・・

屋外用掛け型虫よけ、蚊取り線香、ベランダや園庭のタイヤ・植木の皿・側溝などに水が溜まらないよう(ポウフラ対策)すぐに捨てるようにしています。

◇ご家庭で・・・

保育園では、虫よけスプレーなどの薬剤はお預かりしていません。必要な方は、登園前や降園時にお家の方が塗ってあげてください。

夕方の外遊びでは、肌の露出を少なくする服装の工夫をお願いします。(薄手のカーデガンや長ズボンをご用意ください)