

7月 ハイジひろば

令和4年7月1日発行



社会福祉法人ハイジ福祉会
 幼保連携型認定こども園
 ハイジこども園 (本園)
 住所：浦添市牧港 2-23-5
 TEL：098-879-6057
 ハイジこども園 (分園)
 住所：浦添市牧港 2-11-6
 TEL：098-874-8065

梅雨が明け、セミの鳴き声が聞こえ始め、沖縄もいよいよ夏本番です。熱中症に気をつけ楽しく過ごしましょう。

ハイジこども園では、子育て中の保護者の方へ交流の場や子育てに関する様々な情報の提供等を行い、笑顔で子育てを楽しめるようにお手伝いをするを目的として子育て支援事業を行っています。子育てについて一緒にお話をしながら共に子ども達の成長を見守っていかれたらと思います。子育て中のみなさまのご利用をお待ちしております。市内、市外問わずご利用できますので、お気軽にお問合せ下さい。

7月の予定



月	火	水	木	金
				1 園庭開放
4 発育測定	5 園庭開放	6 育児相談	7 育児相談	8 園庭開放
11 親子製作 (手づくり遊具)	12 園庭開放	13 育児相談	14 育児相談	15 園庭開放
18 海の日	19 園庭開放	20 育児相談	21 育児相談	22 園庭開放
25 読み聞かせ (大型絵本)	26 園庭開放	27 育児相談	28 育児相談	29 園庭開放

☆園庭開放・・・週2日(火・金)

★育児相談・・・保育教諭による相談週2回(水・木) 専門の講師による相談(月1回)

☆発育測定・・・4日(月)10時より発育測定を予定しています。

★親子製作(手作り遊具)・・・11日(月)10時半より、玩具作りを予定しています。(対象3歳児)

☆読み聞かせ・・・25日(月)10時30分より、大型絵本の読み聞かせを予定しています。

※電話連絡の上、事前予約をお願いします。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、来園時はマスクの着用をお願いします。また、当日、体調不良(咳・鼻水・37.5℃以上の熱)の際は、ご利用できませんのでご了承ください。

熱中症

乳幼児の熱中症は自宅と野外で多く発生しています。体の機能が未熟なだけでなく、生活環境による体感温度の違いも理解しておきましょう。



注意ポイント①

○地面の照り返しの熱でさらに高温の環境に

身長が低いことや、ベビーカーに座っている状態は、地面からの照り返し熱の影響で大人が感じるよりも高温の環境になっています。



注意ポイント②

○汗腺や血圧などの調整機能が未熟で暑さに弱い。

乳幼児は汗腺の発達や血圧、体温などの調整機能がまだ未熟なため、体にこもった熱をうまく発散できずにいます。

注意ポイント③

○暑さに気づかずに脱水症状がおこるリスクがある。

遊びに熱中していたり眠っていたりする時は、乳児は特に自ら水分補給や衣類を調節することが出来ません。



注意ポイント④

○大人より脱水症状の悪化が早い

体の水分量が大人より多い乳幼児は、脱水症状を起こしやすく、わずかな時間で熱中症を発症し、症状が悪化していきます。

予防の為のポイント①

外出時や入浴後、よく汗をかいた時など、脱水しやすい時に熱中症は起こりやすくなります。汗をかいた時には水分と一緒に塩分も補給したり、室内の時にはエアコンなどを活用し、気温や湿度を調整したりしましょう。



予防の為のポイント②

生活の中で対策を！日常生活のちょっとした対策で、熱中症のリスクが低くなります。首筋や脇に冷たいタオルをあててみたり、扇風機などで室内の空気を循環させたり、乳幼児を連れての外出は 11 時～15 時頃は避けたり日傘を活用するなどして対策しましょう。



予防の為のポイント③

日頃から暑さに慣れさせることも必要です。規則正しい生活習慣による体調管理のほか、普段から運動や入浴で発汗の習慣をつけておくことで、体が熱さに備える機能が高まります。

乳幼児に起こりやすい熱中症を予防するには、日頃から予防対策をとり、水分補給や環境を整えることが大切です。