



2023年8月
第41号

発行責任者
社会福祉法人真光会
理事長 佐々木鴻文

- 高木保育園
- 今町保育園
- 天竜保育園
- 梅北保育園

今年の夏も酷暑。それでも「エルニーニョ現象」という異常気象も懸念され、大型台風の襲来も予想されており、大きな災害にならなければと思っています。

爽やかな秋も待ち遠しいですが、残暑もあって外で過ごす機会はまだまだ少ないようです。

今回は、身近な物で作った遊び、暑い夏の過ごし方や水分補給の注意点についてお知らせします。

～身近にある物を使った遊びのご紹介～

風船浮かし 対象:2歳～

浮かせた風船を落とさないよう、うちわであおぎます。風船が意外な動きをするので、子どもさんは喜びます。

※夢中になって子ども同士がぶつからないように注意しましょう。

《用意する物》

風船・うちわ

《遊び方》

1. 子どもはそれぞれうちわを持つ。
2. 風船を空中に投げ上げ、床に落ちないようにうちわであおいで浮かせる。



子どものココが育つ!

- ★筋力 ★協応性 ★巧緻性
- ★空間を認識する力
- ★移動系の運動スキル
- ★操作系の運動スキル

暑い夏を元気に乗り切るポイント

1. 水分補給

大量に汗をかくと、脱水症状を起こして、熱中症の原因にもなります。こまめな水分・塩分補給を心がけましょう。



2. 皮膚のケア

こまめに汗をふいたり、シャワーを浴びたりして、皮膚を清潔に保ちましょう。



3. 紫外線対策

外出時は帽子をかぶり、日焼け止めを塗るなどの紫外線対策も忘れずに。



4. 室温管理

高温・多湿など条件がそろえば、室内でも熱中症は起こります。エアコンを上手に使いましょう。ただし、冷やしすぎには要注意設定温度 26～28℃を目安にしましょう。



糖分のとりすぎに注意

暑い日は冷たい飲み物がおいしく感じられます。でも、炭酸飲料・果汁飲料・スポーツドリンクなどの清涼飲料水には、糖分が多く含まれている物もあります。

糖分のとりすぎにならないように、成分表を確認したり、食べ物に入っている糖分と合わせて考えたりして、じょうずに飲むようにしましょう。



《高木保育園からのお知らせ》

07/7(金)、4年ぶりに高齢者の方を招待して七夕誕生会を開催しました。4名の方にお越しいただき、誕生会の様子を見ていただいたりお食事をしていただいたりしました。これからも、いろいろな行事にご招待させていただきますと思います。

07/22(土)夜のつどいを開催しました。
竹太鼓・御堂ワッショイ・踊り、ゲームを親子で楽しみました。

★8月の園開放★ 24日(木)10時30分～
未就学の子どもさんを連れて遊びに来てください。



育児相談を受け付けております

困った事や聞いてほしい事などありましたら、遠慮なく下記の相談先にご連絡ください。(開所時間内)

相談先：高木保育園 38-1310