



希望の星だより

平成29年7月号
発行
希望の星保育園
園長 兼城佐代子
編集:田里・仲里
☎ 972-3800

梅雨が明けると共にやってきた夏！毎日、気温が30度を超す真夏日☀

今月は、園庭でのプール遊び、戸外での体験を通して自然に親しみ色々な事へ興味・関心が持てるよう、遊びを展開していきます。帽子をかぶったり、こまめな水分補給・適度な休息をとるなどの健康管理もしっかり行なっていながら、開放感を味わいあそびを満喫できるようにしたいですね。

さて、もう一つのビッグイベント、盆踊り会が行われます。年長さんは憧れの和太鼓に初挑戦！！ぱんだ組はエイサーにウキウキ！小さいクラスのお友達も家族との参加を喜んだり、お祭り気分を味わったりとお楽しみが盛りだくさんとなっているので、是非、家族そろってご参加下さい。










7月の行事予定

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
						1
2	3	4 リズム	5 体操教室	6七夕集会 	7 スイミング	8 第36回 盆踊り会
9	10	11 避難訓練	12 体操教室	13 7月 ひまわり 	14 スイミング	15
16	17 海の日	18 リズム 身体測定	19 体操教室	20お誕生会 (お弁当)	21 スイミング	22
23 30	24 31	25	26	27	28 スイミング	29 体験学習 (4才児のみ)

☆七夕の飾りの意味☆

- * 折鶴・・・長寿を願う
 - * 神衣(かみこ)・・・裁縫が上達。着るものに困らない。
災いを人形に移す
 - * 財布(巾着)・・・金運上昇
 - * 吹き流し・・・おりひめの織糸を象徴
 - * くずかご・・・清潔と節約を心掛ける
- ※それぞれの飾りに意味や由来があるものなんですね。



	紙衣 (かみこ) 飾の縁が上がるように 繋る物に固りませんように		巾着 (きんちやく) お金が貯まりますように
	投網 (とあみ) 豊漁になりますように 空へ物に不自由しませんように		屏風 (くずかご) 豊作、豊秋、 豊年豊作になりますように
	吹き流し 織糸のように機織が 上手になりますように		千羽鶴 (せんぼづる) 折り鶴 (おりづる) 家族が長生きしますように
	短冊 (たんざく) 歌や字が上手になりますように		



ほけんだより

保健だより 第2号
希望の星保育園
平成29年7月1日
園長 兼城佐代子

梅雨が明けこれから夏本番！！お祭りやプール等楽しい行事や遊びも多くなり
楽しみな季節です。

しかし、暑くなりクーラーの使用が多くなったり、冷たい物がおいしかったりと
体温の調整が難しくなる時期でもあります。その中で特に気をつけていきたいのが
「熱中症」です。重症化すれば命にも関わってきます。
今回はその「熱中症」を中心にお伝えしていきたいと思います。

日射病・熱射病に注意

乳幼児は体温調節の機能が未熟で代謝も活発なので 戸外や
蒸し暑い場所では多くの水分が必要です。
こまめな水分補給で熱中症予防を心掛けましょう。

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
30分ほどで切り上げて。

外と家との温度差に注意

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。

つばの広い帽子をかぶる

頭だけでなく、後頭部や首
も、日光から守りましょう。

ベビーカーは短時間で

ベビーカーは、アスファ
ルトの照り返しで熱がこも
ります。長時間の移動は避け
ましょう。

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。

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。

たっぷり眠って夏の疲れを吹き飛ばせ！

暑さで体力を消耗した体は、しっかり休めないと
体調を崩してしまいます。夏は楽しいイベントも
多いので、たっぷり睡眠をとって元気に過ごしま
しょう！

快眠のためのヒント

●早寝早起きで生活
リズムを整える

●お風呂に入って
さっぱりする

●汗を吸いやすい
パジャマを着る

●クーラーや扇風機を
使って部屋を涼しく

●おなかを冷やさない



「熱中症？」そのときに

子ども達に異変を感じたら、すぐに手当てをして重症化を
防ぎましょう。



1 涼しい場所に移動する

風通しのよい日陰や涼しい室内に運んで
寝かせ、服のボタンやベルトを外す。



2 体を冷やす

ぬらしたタオルで体をふき、うちわや扇風
機の風を当てて体にこもった熱を逃がす。



3 水分を少しずつ与える

麦茶や子ども用のイオン飲料などをひ
と口ずつ与える。一度に飲ませず、様
子を見ながら。

- 冷やしたタオル
- タオルに包んだ保冷剤
- 冷えた缶ジュース

などを挟んで冷やすと
効果的



注意！！

39℃以上の発熱があり、
ぐったりして意識がない
ときは救急車を呼びます