

7月
July

ほけんだより

令和7年7月1日

こぼうしこども園

梅雨が明けるのももうすぐ、子ども達が待ち望んでいた夏がやってきます。すでに暑い日が続く中、元気に汗をかいて遊んでいます。熱中症などに十分に注意しながら、子ども達を見守っていきたいと思います。この時期は体力や食欲が落ちたり、睡眠時間も不十分だったりして夏バテしやすい時期です。生活のリズムを整えながら、この夏も元気に乗り越えていきましょう。

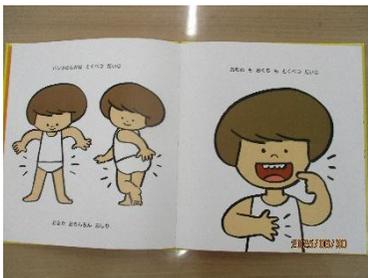


プライベートゾーンについて

“プライベートゾーン”という言葉を目にして事があると思います。「自分だけの大切な場所」という意味があり、文部科学省でも「命の教育として」、各年齢(段階別)に分けての教材が展開されています。

その中で、水着に着替える際だけでなく、その他の着替えをする際にも年齢に合わせて、衝立をたてる・部屋を分けるなどの配慮をしています。またオムツ交換も個室で行ったり、人目につかない場所で行っています。

子どもたちが理解できるよう、絵本を使っの保健指導も行っています。“自分の身体は大切”という意識が小さいうちに育まれるよう、各年齢に合わせた内容で折にふれて伝えていきたいと思ひます。



みすぎでかくれるところはじぶんだけのだじなところだからだよ

みすぎでかくれるところは、みせたり、さわらせたりしないようにしましょうね

ほかのひとのみすぎでかくれるところをみたり、さわったりしないようにしましょうね

熱中症から子どもを守りましょう!!



「熱中症」とは

熱中症とは、高温多湿な環境に長時間いることで、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。

屋外だけでなく室内でも発症し、救急搬送される場合や重度になると生命に関わることもあります。

『子ども自身では予防できない』

・子どもは屋外でずっと遊んでいると、その楽しさに夢中になってしまい、身体に異変が起きていても気づかないことがあります。

また、子どもは自分で自らの体調の変化を訴えられず、服装などでの暑さ調節がうまくできないこともあるため、周囲の大人が顔色や汗の量などに気を配る必要があります。

・身長が低いこどもは、地表面からの熱の影響を受けやすく、大人よりも高温の環境下にさらされています。大人が暑いと感じているとき、子どもはさらに高温の環境下にいることとなります。例えば大人の顔の高さで32℃の時、こどもの顔の高さでは35℃程度の感覚です。

【熱中症予防のポイント】

子どもの様子を十分に観察しましょう。

顔が赤い、ひどく汗をかいているなど、子どもに異変がある場合には、涼しい環境で十分に休息させましょう。

こまめに水分や塩分を補給し、特に遊びの最中には、定期的な休憩を取らせましょう。

～こども家庭庁 HP より～

園での熱中症対策

○未満児は朝のおやつの際にせんべいとほうじ茶にて塩分・水分補給を行っています。以上児も夏場は午前中にせんべいを食べ、塩分補給を行いながら予防していきたいと思ひます。

プールに入る前に必ず確認し、熱中症アラートが発令されている場合は、水遊び・プール遊びを控えます。

