

## 8月の予定

- 4日(水) 職員会議(18:30~)
- 10日(火) 身体測定
- 18日(水) 誕生会
- 25日(水) 職員会議(18:30~)
- 26日(木) 避難訓練

# 8月園だより

2021.8.2 小規模保育園南部町ベアーズ  
園長 長谷川 享子

今まで経験したことがない豪雨のあと、梅雨が明け、いよいよ暑い夏がやってきました。

7月後半から、テラスで水あそびを天候や子どもたちの体調を見ながら始めています。保育者が水あそびの準備を始めると、「はやく、やりた〜い」とアピールしています。タライを準備し、水遊びを工夫して子どもたちが楽しめるようにしています。

これから、まだまだ暑い日が続きますが、適度な休息と活動、水分補給に気をつけながら、8月も元気に楽しく過ごしていきたいと思います。

### 熱中症に注意

暑い日が続き、連日、熱中症警報が発令されています。気温・湿度が高い、風が弱く陽射しがきつい日などは十分気をつけましょう。

暑さで体内のバランスが崩れ、体温が急上昇するのが熱中症です。細目に水分補給を心がけ、出かける時は帽子をかぶりましょう。

熱中症になると発熱・頭痛・吐き気、さらに脱力感・眠気・耳鳴りなどの症状が現れます。ひどくなるとけいれんや意識を失うなど思い症状になることもあります。

熱中症の症状が現れたら、日陰や温度調節をされた部屋に移動します。衣服を緩め、手足を冷やします。水分とともに汗で失われた塩分も薄めたスポーツドリンクなどで摂るようにしましょう。梅干しや昆布茶などもいいそうです。十分な睡眠も心がけましょう。

### ☆8月生まれの

おともだち☆

### <水あそびについて>

水あそびは、8月いっぱいを用意しています。天候や体調を見ながら、しばらく水に触れて楽しみたいと思います。

### ☆おねがい☆

◆瓜が長いと思わぬ怪我をしたり、傷つけたりすることがあります。細目にチェックをお願いいたします。

◆これから暑くなってきますと、衣服を着替える事が多くなってきます。子どもたちの様子を見ながら、服を着替えていきたいと思っておりますので、衣服の補充をお願いいたします。

### 暑い季節には「瓜」を

西瓜(すいか)、胡瓜(きゅうり)、冬瓜(とうがん)、苦瓜(にがうり=ゴーヤー)、南瓜(かぼちゃ)といった「瓜」という字がつく食べ物は、夏が旬の野菜です。すいかやきゅうりは体の熱をさげる働きがあり、にがうりはビタミンCが豊富で夏バテ予防に効果的。とうがんやかぼちゃは冬まで保存できるという優れたものです。

例年にない豪雨で、家庭での保育や緊急のお迎えなどお願いすることとなりました。

また、新型コロナウイルス感染症では、ご迷惑ご心配をおかけしました。

PCR検査、休園、登園自粛など、ご理解ご協力ありがとうございました。