

7月 園だより

令和8年7月1日(水)発行 りとせりージョン淵野辺保育園

汗ばむような日が続く中、保育園では水遊びが始まりました。水しぶきが舞い、子どもたちの楽しそうな声が響いています。7月は七夕や夏祭りなど子どもたちがワクワクするような行事が盛りだくさん!

熱中症や夏バテ、夏風邪等の体調不良に注意しながらこの夏も元気に乗り越えていきましょう。



7月の 行事予定

7日(火)	七夕会
8日(水)	英語教室
9日(木)	避難訓練
18日(土)	夏祭り
21日(火)	お誕生日会
22日(水)	英語教室
29日(水)	英語教室

おたんじょうびおめでとう!!

7月生まれのおともだち



2名

今月のうた

- ・たなぼたさま
 - ・シャボン玉
 - ・くじらのとけい
- 他にもうたいます♪

熱中症を防ぐ4つのポイント

① 気温や注意報をよく見る

気温や湿度が高いときや、暑さ指数が「警戒」「嚴重警戒」「危険」のときは、屋外での活動を控えましょう。

② 水分補給は前もって

小さな子どもは「のどがかわいた」と言えません。出かける前、遊ぶ前に水分をこまめに摂るようにしましょう。

③ 暑さに体を慣らそう

暑いからといって外に出ないと、体が暑さに慣れずかえって熱中症のリスクが上がります。適度に外で遊んで、暑さに慣らしておきましょう。

④ 無理をしない

外で活動しているとき、体調が悪くなったときはもちろん、元気で顔が赤く、汗をたくさんかいているのは、体内の温度が上がっているサイン。すぐに涼しい場所で休ませ、水分を摂るようにしましょう。

～熱中症が疑われるとき～

涼しいところへ移動し、衣服をゆるめ風通しをよくし、頭を低くした状態で寝かせます。塩分・糖分を含んだイオン飲料をこまめに少しずつ与えましょう。

経口補水液は脱水症状が見られた時に飲むものです。日常の飲料として使用すると塩分・糖分の取りすぎになるので、水や麦茶がオススメです。

