

# HAPPYだよ!



令和4年7月  
宜野湾保育所(2階)  
住所:宜野湾市宜野湾3-13-10  
電話:098-892-5365



セミの鳴き声と共に本格的な暑さがやってきました。こまめな水分補給をしながら夏バテや熱中症にも気を付けて、元気いっぱい過ごしていきましょう。今月より水を使った遊びを予定しています。感触を楽しみながら涼しさを感じていけたらと思います。水がはねてしまうこともあるのでお着替えの準備をお願いします。天候や諸事情により中止になる事もありますがご了承ください。また、様々な行事もありますので、お気軽にお尋ね下さい。



## 7月の予定

- ☆4日(月)5日(火)身体測定
- ☆5日(火)七夕会
- ☆7日(木)水遊び(午前中)
- ☆12日(火)水遊び(午前中)
- ☆14日(木)育児講座
- ☆21日(木)22日(金)制作遊び
- ☆28日(木)誕生会



その他は、自主交流・園庭開放を行っています。



## 第4回 育児講座のお知らせ こころが育つ絵本講座

日にち 7月14日(木)  
時間 午前 10時半~11時半



※予約が必要となりますので、電話または来所で予約をお願い致します。

## HAPPYひろばについて

- ☆開所日 月から金曜日(祝祭日は除きます)
- ☆利用時間 午前10時~12時 午後1時~4時
- ☆対象者 0歳~5歳児までのお子さんと保護者
- ☆時間内であれば、何時に来ても何時に帰ってもいいですよ。利用は、無料。
- ☆室内、園庭での親子遊び、自主交流・園庭開放育児講座・育児相談などを行っています。
- ☆週1回程、子育て相談員も来所します。

## 制作遊び

日にち 7月21日(木)22日(金)  
時間 午前 10時~11時半  
午後 13時~15時半



※午前・午後各2組ずつとなります。  
電話または来所で予約をお願い致します。  
※制作時間は、10分から15分程度です。

## 暑くなると気をつけたい 熱中症・日射病



炎天下にいたり、高い気温にさらされたりしていると、体温調節機能が働かなくなり、体にこもった熱をうまく発散できなくなります。その結果体温が異常に上がり、やがて脱水症状を引き起こします。これが熱中症で、重症の場合は命にもかかります。特に体温調節機能が未熟な乳幼児は、あっという間に熱中症になるおそれが、昼間の日差しの強い時間帯に汗だくになって遊ぶとそれだけで危険です。

### これがサイン

- ・顔が赤い
- ・体が熱い (38度以上の熱)
- ・機嫌が悪い
- ・ぐったりしている

### 緊急

- 意識がはっきりしない、反応が鈍い
- 呼吸が弱い、呼吸が感じられない
- けいれんを起こしている

### 救急ケア

- ・なるべく涼しいところに運ぶ
- ・衣服を緩め(特に首周りをゆったりさせる)、頭を低くして寝かせる
- ・首、脇の下、足のつけ根などに冷たいタオルなどを当てる
- ・少しずつ水分をとらせる(少しずつ欲しがらだけ与えます。あればベビー用イオン飲料や経口補水液を)

乳幼児はのどが渇いていることにも気づきにくいので、大人が時間を見ながら水分補給を勧めましょう。普段、熱が出やすい場合は実は水分が足りていないこともあります。

### ★担当者のつぶやき★

担当者で話をしている中で、「妊娠中のお母さんの行動や気持ちが赤ちゃんに影響しているのでは？」という話題ができました。そういえば、妊娠中に活動的だった時は産まれてきてジャンプや運動が好きなお子だったり、心配して仕方がなかった時は産まれてきた子も心配性な性格だったり、妊娠中に果物ばかり食べていた時は果物好きな子、麺類ばかり食べていた時は麺類好きな子だったりしているようです。それだけお腹の中で繋がっているんだなぁと感じました。私が通っていた産婦人科の先生が「楽しいと思う事はやりなさい」と言っていたのはそういう事だったのかもしれない。そしてそれは産まれた後の子ども達も同じなのではないかと思えます。「親が肩の力を抜くと、親が楽になります。親が楽になると、子どもも楽になります(子育てハッピーエッセンス100%より)」だからこそお父さんお母さん達には楽しい気持ちで、リラックスしてほしいと思ってしまう私です。でも、生活するにはそう言われてられない! そうなんです...それでもちょっとでもほっとしてもらえたら...そういう場に子育て支援ひろばHAPPYがなれたらいいなと思います。今月もお待ちしてます!