

げんきっずたより

6月号

尾上地区子育てひろば【げんきっず】令和元年6月1日発行
 〒036-0242 平川市猿賀明堂 139-1 (はすね子ども園併設)
 TEL 43-5623 メールアドレス hasune@jomon.ne.jp
 ホームページ http://www.syuhokai.or.jp

6月の活動予定

場所：子育てひろば
 【げんきっず】

子育てひろば【げんきっず】活動内容

- ☆子育て相談…毎週月～土曜日 9時～16時
- ☆親子サークル…毎月2～4回 曜日不定 10時～12時
- ☆ボランティア…毎週土曜日9時～12時
- ☆相談日…月の最終 金曜日(変更もあり) 10時～12時
- ☆その他…あおぞらサークル(不定期)年5回・育児講座(年2回)10時～12時
- ☆げんきっずディ…毎月2～3回 10時～14時
- ☆クッキングサークル…毎月1回 10時～12時
- ☆手芸サークル…毎月第2木曜日 10時～12時
- ☆のびのびカフェ…毎月1回 10時～13時



熱中症予防&対策



対策1. シーズンを通して暑さに強い体づくりを続けよう!

- ☆水分をこまめにとろう! ☆塩分をほどよくとろう! ☆睡眠環境を快適に保とう!
- ☆バランスのとれた食事をとろう!

対策2. 日々の生活の中で暑さに対する工夫をしよう!

- ☆気温と湿度をいつも気にしよう! ☆室内を涼しくしよう! ☆衣服を涼しくしよう!
- ☆日差しをよけよう! ☆冷却グッズを身に付けよう!

対策3. 特に注意が必要なシーンや場所で暑さから身体を守るアクションを!

- ☆飲み物を持ち歩こう! ☆休憩をこまめにとろう! ☆熱中症指数を気にしよう!

※ 熱中症を予防するためには、暑さに負けない体づくりが必要です。気温が上がり始める初夏から日常的に適度な運動を行い、適切な食事、十分な睡眠をとるようにしましょう。

子どもの熱中症を防ぐポイント

環境省「熱中症環境保健マニュアル2014」から引用

- ① 顔色や汗のかき方を十分に観察しましょう。子どもを観察した時、顔が赤くひどく汗をかいている場合は、深部体温がかなり上昇していると推察できるので、涼しい環境下で十分な休息を与えましょう。
- ② 適切な飲水行動を学習させましょう。のどの渇きに応じて適度な飲水が出来る能力を磨きましょう。
- ③ 日頃から暑さに慣れさせましょう。日頃から適度に外遊びを奨励し、暑熱順化を促進させましょう。
- ④ 服装を選びましょう。幼児は衣服の選択・着脱に関する十分な知識を身に付けていません。そのため、保護者や指導者は熱放射を促進する適切な服装を選択し、環境条件に応じて衣服の着脱を適切に指導しましょう。

活動サークル	日程及び内容
げんきっずディ 10時～14時	3日(月)・24日(月) ※ 園庭・施設開放しています。保護者の責任のもとでご自由に利用下さい。げんきっずディは、好きな時間帯に園庭や施設を使用できます。お友達同士や親子で、ご自由にご利用下さい。
手芸サークル 10時～12時	13日(木)【パッチワーク作り】 ※ 初めてのの方は申込みをして下さい。お母さんのためのリフレッシュ講座です。
親子サークル 10時～12時	7日(金)【散歩に出かけよう!】※雨天時室内活動 ママと一緒に園付近をお散歩しましょう! 18日(火)【スタンプ遊び!】 いろんなスタンプを楽しみましょう!
あおぞらサークル 10時～12時	29日(土)【運動会に参加しよう!】 はすね子ども園の運動会に参加しませんか?未就学児童の競技や地域の方の競技がありますので是非ご参加下さい。
クッキングサークル 10時～12時	19日(水)【子どもと一緒に作るお菓子】 参加費1組100円準備の為17日(月)までに申し込み下さい。
のびのびカフェ 10時～13時	10日(月) 子育て中の方であればどなたでも参加出来ます。ママだけの参加もOKです。飲み物を用意していますので、おしゃべりを楽しみリフレッシュしてみませんか?
ボランティア 9時～12時	1日(土)・8日(土)・15日(土)・22日(土) ※ 毎週水曜日までに申込みして下さい。(先着10名)学生・一般の方が参加出来ます。子どもと触れ合いながら保育教諭体験をしてみませんか?
育児相談	10:00～16:00《随時対応》 子育ての事や子どもの育ち、成長など不安に感じる事等話してみませんか?良い解決策が見るかも!?

