



ひなたぼっこだより



梅雨が明け、まぶしい太陽が照りつける8月になります。毎日のように気温が高い日が続き体調を崩し、食欲が落ちて夏バテになったりしていませんか？栄養がたくさん入った夏野菜を使っての食事やエアコンの温度調整をしながら、快適に夏を過ごせるようにいろいろと工夫していけたらと思います。また、暑い日は水遊びも行います。水とたくさん触れ合って心地良さを感じられたらと思いますので、今月も元気に遊びにきてくださいね！

令和5年8月号
 中新田子育て支援センター
 「ひなたぼっこ」
 ☎64-2555(中新田保育所)



日	月	火	水	木	金	土
お休み	お休み	広場開催	広場開催	お休み	広場開催	お休み
		1 うちわ作り	2 栄養相談①	3	4 フール遊び	5
6	7	8 手作り おもちゃ作り	9 手作り おもちゃ作り	10	11 山の日(祝日)	12
13	14	15 広場お休み	16 広場お休み	17	18 おもちゃ遊び	19
20	21	22 制作遊び (ぶどう)	23 制作遊び (ぶどう)	24	25 木育広場で 遊ぼう	26
27	28	29 出前お話し会	30 身体測定・ 誕生会	31		

☆毎週水曜日の午後も(13時30分~15時)まで広場を開放しますのでご利用ください。

≪9月の主な予定≫

6日(水) 救命救急講座 13日(水) ミニミニ運動会
 22日(金) 木育広場 29日(金) 身体測定、誕生会

天候や利用人数などにより、行事予定は変更になる場合がありますのでご了承ください。

栄養相談があります

8月2日(水) 10時40分~
 場所：中新田保育所 ひなたぼっこ

お子さんの食事やおやつは大切な時間です。そこで中新田保育所の伊藤管理栄養士に子育てをしている中での疑問や悩みを解決できるように栄養相談を行います。事前アンケートの質問の他にも、いろいろとヒントになるお話もあると思いますので、ぜひ参加してくださいね。

出前お話し会について

8月29日(火) 10時45分~11時05分
 場所：中新田保育所 ひなたぼっこ

小野田図書館の司書の先生が絵本や紙芝居の読み聞かせをしてくれます。楽しい本をたくさん紹介してくれますので、楽しみにしててくださいね！

8月10日(木)から8月17日(木)までひなたぼっこはお休みになります。8月18日(金)からは通常通り開催しますのでよろしくお願いいたします。

8月も天気を見てプール遊びを行います。帽子(大人も)、タオル、着替え、水分等の持参をお願いします。

★オムツを使用しているお子さんは水遊び用の紙オムツを着用してください。
 ★プールに入れないお子さんはお部屋で遊びましょう。



暑い日が続いて熱中症の話題が多く聞かれます。そこで中新田保育所の看護師の先生から教えていただきました。参考にしてみてくださいね。

熱中症

日射病：顔は赤く、呼吸が荒くなります。皮膚感覚は熱く、体温が上がっても汗は出ず、めまい・頭痛・吐き気を伴います。

熱射病：顔が青白く、大量に汗をかきます。皮膚感覚は冷たくめまい・吐き気を伴います。

☆なぜ子どもは熱中症になりやすいの？

子どもは体温調節がうまくできず、温度変化の影響を受けやすく、衣服の調節や水分補給などを一人で行うのが難しいため、熱中症になりやすいのです。

！！車の中でも熱中症に注意！！

車の中は、高温になりやすく子どもを一人にするのは絶対にやめましょう。短時間だから良いかなと思うのは危険です。



《熱中症予防のポイント》

- ・帽子をかぶって外出しましょう。
※ベビーカーはアスファルトからの照り返しが強く暑くなりやすいため散歩は短時間にしましょう。
- ・プールや水遊びでも脱水をおこします。こまめに日陰で休息をとり、水分補給をしましょう。
- ・衣服は肩まで隠れ、吸湿性・吸水性に優れたものを選びましょう。
- ・水分補給は、水やお茶・経口補水液などにしましょう。

《7月の広場の様子をご覧ください》

ムシムシと湿度が高く暑かった日が多かった7月！初めての水遊びや夏祭りごっこ、親子エクササイズなどたくさんの行事に参加して楽しく過ごしました。おいしそうなフルーツかき氷も作ってみましたよ☆

《広場の持ち物》

- ・おむつ交換用タオル
- ・外遊び用の帽子
- ・麦茶やお茶など（大人の分も）
- ・おんぶひもやベビーカー
- ・着替え
- ・出席ノート

影絵公演



消防車、かっこいいね！



お水、気持ちいいよ♡



夏祭りごっこ♪楽しかったね☆

親子エクササイズ！

