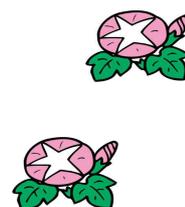


2018平成30年

8

第125号



せみの大合唱と共に暑い夏がやってきました。夏も真っ盛り。プールあそびや水遊び、夏祭り……。8月も楽しいことがたくさん待っていますね。ご家族でお出かけの計画を立てているご家庭も多いことでしょう。夏の楽しい思い出をたくさん作ってくださいね。

夏は強い日差しを浴びて汗をかきます。特に子どもたちは運動量も多いので、気がつかないうちに体力を消耗します。熱中症にならないように、水分補給や睡眠、休養など十分とるように心がけましょう。

今月もたくさんの方の来館をお待ちしています。



\*プレイルームでは、生後2ヶ月から就学前の親子が遊べます。

\*子育てで困っていること、悩んでいることがあれば、お気軽にご相談ください。

\*各事業の開催日は入館を制限する場合がありますので、ご了承ください。

開館時間

午前8時30分～午後5時

(プレイルーム利用時間 午前9時～午後4時)

休館日

月曜日・祝日・日曜日(第2日曜日は開館)



【発行】 久御山町子育て支援センター「あいあいホール」

TEL 0774(41)2263 / FAX 0774(41)2283



## 熱中症に注意！



暑い日が続き、テレビなどでも熱中症による救急搬送や死亡者の報道がされています。熱中症は命に関わる病気ですが、予防法を知っていれば防ぐことができます。

### ♪熱中症の症状♪

- ・日射病・・・顔は赤く呼吸は荒くなります。皮膚感覚は熱く、体温が上がっても汗が出ず、めまい・頭痛・吐き気などを伴います。
- ・熱射病・・・顔は青白く、大量の汗をかきます。皮膚感覚は冷たく、めまい・吐き気を伴います。

### ♪予防のポイント♪

- ・日中は帽子をかぶって外出しましょう。日よけのあるベビーカーも照り返しで暑くなるので、散歩はできるだけ短時間で切り上げましょう。
- ・炎天下の遊びは、長時間に及ばないようにしましょう。海や屋外プールなどの水辺でも、30分毎に日陰で休息をとるようにしましょう。
- ・肩まで隠れる、吸湿性、吸水性に優れた衣服を選びましょう。



### ♪ベビーカーの注意点♪

ベビーカーに乗っているこどもは地面に近い位置にいるので、体感温度は大人より2～3℃高いといわれています。散歩をするときは、涼しい時間帯を選び、照り返しの少ない土の路面にしましょう。日よけの屋根がついていても、夏場は30分以内に留め、子どもの様子を時々チェックしながら脱水症状を起こさないよう、水分補給はこまめに行いましょう。



## ・食・中・毒・

7月に入り、食中毒注意報が頻繁に発令されています。食中毒は、細菌やウイルスが付着したものを口にすることが原因で、湿度の高い夏場に多く発症します。吐き気や下痢をもよおし、熱が出ることもあります。血便やひどい腹痛があったり、嘔吐を繰り返す場合はすぐに病院へ行きましょう。

### ★赤ちゃんに気をつけること！！

- ・ミルクの作り置きはやめておく。飲み残したミルクは処分する。
- ・離乳食の作り置きは冷蔵もしくは冷凍保存し、食べる前にもう一度火を通す。食べ残しを時間を置いて与えないようにする。（一度手をつけた物は傷みやすいそうです。）
- ・お刺身などの生ものを初めて与えるのは、暑いこの時期は避けた方がいいでしょう。

## 中学生・高校生との交流会を開催します

- ・8月7日（火）・8日（水） 午前10時～正午 久御山中学生と交流
- ・8月8日（水）・9日（木） 午前10時～正午 久御山高校生と交流

次世代を担う中学生や高校生が、赤ちゃんや子どもたちと一緒に遊んだり触れ合ったりする事で世代間を超えた交流をはかり、子育てに関心を持ってもらいたいと思っています。

たくさんの赤ちゃんや、子どもたち、おかあさんの参加をお待ちしています。



7月のお楽しみ会に田口浩嗣さんを講師にお招きして

バルーンアートの制作に挑戦しました！

人気はトイブードル。女の子にはおはなの作り方を教えてもらったりしました。

制作途中で、“パーン”と風船が割れてしまいました最初からやり直し・・・を繰り返して、できあがったバルーンアートをもらった子ども達。

ニコニコ笑顔をおかあさんに返してくれてました。



## お盆（8月13日～16日ごろ）

・ちょっと豆知識・

一言で言うならご先祖さまをお迎えして感謝の気持ちを伝える行事です。

私たちの命はたくさんのご先祖さまたちから受け継がれてきました。お盆は目に見えないご先祖さまに心の中で、「いつも見守ってくださってありがとうございます」と思いながらお迎えする日なんです。

お盆を迎える時に、キュウリやナスで作った動物をお供えするのを見たことがありますか？これはご先祖さまが、キュウリの馬に乗って早く家に戻り、ナスの牛に乗ってゆっくり空へお帰りくださいという意味があります。

また、盆踊りの由来は、この世に戻ってきた精霊を迎えて慰めるための踊りです。笛や太鼓や三味線で賑やかな音を奏で、ご先祖さまへの感謝や生きている喜びを表しています。

また、自らの災厄をはらう目的があるとも言われています。

8月の日曜開館は、12日です。