

2019令和元年

8

第137号



いよいよ夏本番！太陽のまぶしい季節になりました。プールあそびや夏祭り……。

8月も楽しいことがたくさん待っていますね。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

中学生・高校生との交流会を開催します

- ・8月6日（火）・7日（水） 午前10時～正午 久御山中学生と交流
- ・8月8日（木）・9日（金） 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。



☆水遊びの前に健康チェック！！☆

こんな時は水遊びはやめましょう。

- ♡熱はないですか？
- ♡咳、鼻水はでていませんか？
- ♡腹痛、下痢はありませんか？
- ♡とびひや水いぼはありませんか？
- ♡つめは短く切ってありますか？



※体調を整えて、親子でいっぱい水遊びを楽しんでくださいね。

八月（葉月・はづき）

・ちょっと豆知識・

葉月とは・・・

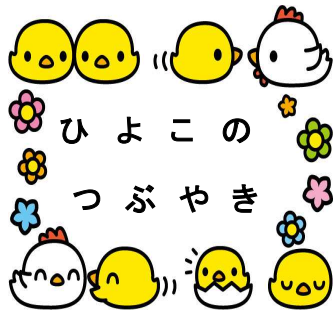
葉月とは、旧暦の8月を意味し、新暦（現在の暦）だと8月下旬～10月上旬と秋のことを指します。現代ではまだまだ暑い時期にもかかわらず、秋や紅葉を感じさせる葉月の意味ですが、葉が落ち始める時期という意味の「葉落ち月」からきていると言われています。

「葉月」は、葉っぱが生い茂る時期ではなく、落葉が始まる月という意味があります。

燕が去って行く月ということで「燕去月」、雁がやってくる月ということで「雁来月」、春にやってきた燕と入れ替わりに今度は雁がやってくる月ということにちなんだ別名があるのが、素敵だと思いませんか？他にも「仲秋」「穂張り月」とも呼ばれたり、昔の人はその時期に起る自然現象から月の名前を付けていたようです。



8月の日曜開館は、11日です。



日射病・熱射病に注意！

♡外で強い日差しにさらされて起こるのが日射病。
蒸し暑いところに長時間いて起こるのが熱射病。
総称して熱中症といいます。

♪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て暑くなるので、散歩はできるだけ短時間で切り上げましょう。
- ・炎天下での遊びは、長時間に及ばないように注意しましょう。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。



8月7日は鼻の日です

★鼻はどんな役割をするのでしょうか？

- ・呼吸をする。
- ・鼻から入った空気から最近やほこりを取り除き、暖めたり湿らせたりして肺に送る。
- ・匂いをかぐ。

★鼻をたいせつに。

鼻をかむときは片方ずつ静かにかみます。両方いっしょにすると耳を痛めます。また、鼻の穴に物をつっこまないようにしましょう。



★鼻血が出たときは・・・

小鼻をつまんで止血したり、冷たいタオルなどで冷やしたりします。血が止まってもしばらくは安静にしておきましょう。