

ほけんだより



7月2日は「半夏生(はんげしょう)」。半夏生は、夏至(げし)から11日目、もしくは、その日から七夕(7月7日)までの5日間の事を指し、田植えは夏至の後、半夏生の前までに終わらせる、といわれ、農業が中心だった頃の日本において、半夏生は大切な節目の日でした。梅雨明け間近に当たるこの時期は、梅雨の後半にあたり、雨の日が多くなります。その為、田植えが半夏生よりも後になると、秋の収穫量が減ってしまうそうです。

またこの時期は「天から毒が降り、地から毒草が生える」という言い伝えやハンゲという妖怪が徘徊するという言い伝えもあり、農作業をせず、疲れた体を休める期間とされてきたそうです。そして、この半夏生の時期には「稲の根が、タコの足のように四方八方にしっかり根付きますように」や「稲穂がタコの足(吸盤)のように豊かに実りますように」との願いを込めて、関西ではタコを食べる風習もあるそうです。

梅雨から夏にかけての季節の変わり目に訪れる「半夏生」。半夏生を過ぎると梅雨が明け、一気に暑くなります。疲れやすい夏が来る前に身体を休める、蒸し暑い時期を乗り切る為の栄養を摂る等、どれも昔の人の知恵なのですね。私たちも先人の知恵にならって心身を休めて、英気を養って、この夏を乗り切りましょう。



感染症情報

感染性胃腸炎 1名



☆主な病気の流行はありませんが、6月20日頃より発熱による欠席が急増しており、あか組⇒りす組 と流行がうつってきている状況です。保育中は、こまめに検温し、早目にご連絡をさせていただいておりますので、ご協力よろしくお願い致します。

手洗い vs コロナウイルス 勝つのは手洗い!

コロナウイルスは体に入ると増殖できますが、物の表面にくっつくだけなら時間がたつと壊れてしまいます。でも、くっつく物によって **24~72時間** くらい、感染する力を持っています。この間にウイルスを触ると、手についたウイルスが体の中に入ってくる危険が…!

そこで、手洗い。

- ① 流水で洗うと、ウイルスは流れていきます。
- ② 石けんの手洗いは、コロナウイルスの表面の膜を壊して感染する力を失わせるので、もっと効果的。



Q 夏のすべり台 表面は何度？

答えは…

① 約10℃

② 約30℃

③ 約70℃

●7月のよく晴れた日（気温31.0℃、湿度45%）の調査では…

すべり台：70.5℃

ベンチ：58.1℃

地面：69.6℃

になっていたそうです。



日差しに熱せられた遊具やアスファルトは、人の体温よりもはるかに熱くなっているのです。「すべり台にのって、

おしりをやけどした」「転んで地面に手をついたら、真っ赤になった」など、たくさん事故が起こっています。外で遊ぶときは、熱中症対策はもちろん「夏のやけど」にも注意しましょう。

忘れないで 溺れるときは静かです！

「溺れる」と聞いて、
どんな姿を
想像しますが？



実際の姿は…



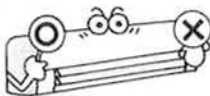
ほとんどの子どもは、自分の身に何が起きたかわからず、声も出さないそうです。

さらに気をつけたいのは、水深。わずか10cmの深さでも、鼻と口を覆う量の水があれば溺れてしまいます。

海やレジャー施設だけでなく、家庭用のプールやお風呂でも、危険はすぐそこにあります。



絶対に目を離さないでください！



寝る時のエアコン あい？ なし？

暑くて寝苦しい夜。「エアコンをつけて寝ると子どもがカゼをひかないか心配…」というおうちの方もいらっしゃると思います。しかし、エアコンは無理せず上手に使いたいところ。なぜなら…



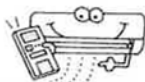
「睡眠不足」がキケン

睡眠不足だと熱中症になるリスクも上昇。また汗をかいてあせもになるとかゆさで寝つけず、余計に睡眠不足に。

「夜間熱中症」がキケン



就寝中は、水分補給ができず、しかも汗をかいたため、熱中症の危険があります。



ポイントは「冷やし過ぎない」こと。設定温度は低くし過ぎず、体に風が直接当たらないように工夫しましょう。

令和3年6月30日



日の基保育園