

ほけんだより



梅雨の時期もあと少し。雨の合間の晴れた日には、夏の日差しが降り注ぐようになりました。暑さも日々増していき、本格的な夏の季節もすぐそこまで来ているようです。大人も子どもも、ちょっと油断すると夏バテをしてしまう時期です。今年の夏は、猛暑との予想も出ていますので、体調に気を付けて、元気に夏を迎えましょう。

7月の別名は、文月(ふづき、ふみづき)と言います。今では七夕になると短冊に願い事を書くというのが一般的ですが、昔は願い事ではなく歌や字(文)を書いて、書道の上達を祈っていたそうです。そのような七夕の風習に因んで、”文(ふみ)を広げて晒(さら)す月”という意味の”文披月(ふみひらきづき、ふみひろげづき)”が略されて「文月」に転じたという説が有力だそうですが、他にも収穫が近づくにつれて稲穂が膨らむ事から「穂含月(ほふみづき)」「含月(ふくむづき)」が転じて「文月(ふづき)」になつたという説、稲穂の膨らみが見られる月である事から「穂見月(ほみづき)」が転じたという説もあるそうです。年長クラスで育てているバケツ稻も、だいぶ背が高くなつてきました。夏の日差しを浴びて、稲穂が膨らんでくる事を期待したいですね。

感染症情報



感染性胃腸炎 1名



※都内でも例年に比べ、感染性胃腸炎の罹患者数が多くなっています。ノロウイルス等、感染性胃腸炎の原因となるウイルスの多くは、アルコール消毒では十分な効果が得られない為、帰宅後や食事前、トイレ後(おむつの交換後を含む)の丁寧な手洗いが重要な予防策となります。また、症状がなくなってからも感染後2週間程度は便にウイルスが排出されていますので、症状が落ち着いてからも、手洗いを忘れずに。

※新型コロナウイルス感染症の流行も落ち着きを見せており、少しずつ『with コロナ』の方向性で行動制限の緩和やマスク着用の見直しといった報道がみられ始めています。今のところ厚生労働省や北区の通達はない為、制限の緩和等の予定はありませんが、今後状況により園の運営に変更・見直し等が生じる可能性もあります。ご理解・ご協力よろしくお願ひ致します。

※5歳児クラスは、MRワクチンの追加接種の対象の年齢になります。就学前に忘れずに受けるようにしましょう。また、受け忘れている物がないか見直しもお願ひします。

そのイオン飲料、必要ですか??

現在、乳幼児用のイオン飲料(電解質飲料)が色々と販売されています。イオン飲料は飲みやすく食欲のない時にも飲んでくれるので、病気の時などにはとても便利な飲み物です。イオン飲料はお茶より体に良く、栄養的にも優れていると思われがちですが、栄養素としては糖分のみしか入っていません。逆に、糖分が多く入っている為、飲み過ぎると下痢をする事があります。また、イオン飲料の味に慣れてしまうと、他の物を食べなくなり偏食の原因となる事も。もちろん、日常的に飲み過ぎれば虫歯や肥満につながります。基本的に、乳幼児ではイオン飲料が必要な時はありません。他に食べ物などを摂取できる状況であれば、母乳や白湯(さゆ)麦茶等、糖分の含まれていない物で水分を補給しましょう。なお、イオン飲料と経口補水液は全くの別物です。

一緒にやらないから一緒に予防を

大人の体をぎゅっと小さくしたのが
子ども…ではありません。

子どもの体は大人に比べ…

- ・心拍数は約1.5倍
- ・体内の水分量の割合は1.3倍
- ・地面から受ける照り返しは+3℃

たくさんの水分が
必要な体は、失う
水分も多いのです。



だから、一緒に熱中症予防

こまめな水分補給を忘れないでください。
のどの渇きをうまく伝えられない子もいる
ので、朝起きたときやお風呂の前後
など水分補給のタイミングを決めて
おきましょう。



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℃

③ 約70℃

地面: 69.6℃



になっていたそうです。

ひざ ねっ ゆうく ひと たいおん 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、

お尻をやけどした」「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。

令和4年7月1日



日の基保育園