



浦臼町子育て支援センターだより すくすく

令和7年7月1日

だんだんと暑い日が増え、熱中症が心配になる季節です。水分補給をしながら暑さを乗り切っていきたいですね。また、栄養と睡眠をしっかりとすることも大切です。下に熱中症対策について注意してほしいポイントを載せましたので参考にしてみてください。



熱中症対策について

高温多湿の環境に長時間いることで体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を熱中症といいます。

通気性の良い服を選ぶなど外出時の服装に注意し、帽子も忘れずに被らせましょう。

日頃から栄養バランスの良い食事や適度な運動を通して、暑さに負けない体作りをしましょう。

こまめに水分や塩分を補給し、特に遊びの最中には、定期的な休息をとらせましょう。

汗や体温・顔色や泣き方など、赤ちゃん・子どもの様子を大人が気にかけてみましょう。自分の言葉で訴えることは難しいです。

7月の行事予定

1日(火)～4日(金)セタ制作

7日(月)10:30セタ集会

11:00ピノキオさんによる
読み聞かせ

10日(木)サマーコンサート見学

※こども園園児と職員による楽器演奏を聴きに来ませんか？この日は「えみる」に直接お越しください。(現地集合現地解散となります。)

8月の行事予定

5日(火)～8日(金)水で遊ぼう

13日(水)～15日(金)お盆休業でお休み

21日(木)読み聞かせ

29日(金)9:30なかよし祭り

※なかよし祭りに参加される方は、7月23日までに支援員にお知らせください。ラインでの申し込みも可能です。

今月のおすすめ絵本はこちら！



「かめかめたいそう は～じめ～るよ～」2匹のかめが体操を始めます。「かめかめたいそう」って何!?気になる人はぜひ読んでみてください。



バナナさんがぴろーんと皮をむいて「こんにちは！」たまごさん、とうもろこしさんと続きます。どこからどんな風に顔を出すのかな？



お問い合わせ先
子育て支援センターなかよし
0125-74-4890