

土々呂小ゆりかご児童クラブ
発行No27
TEL:0982-37-0787
代表 福井奏子

令和6年度 保育テーマ『すきなこと どんどんふやして おおきなあれ』
サブテーマ 『のぼそうよ さしのべる手と 미래の芽』



土々呂小ゆりかご児童クラブ

令和6年9月1日

熱中症警戒アラートで外遊びがなかなか出来なかった夏休み期間でしたが、大きな怪我や事故もなく、無事に終わりました。保護者の皆様、ご協力ありがとうございました。

いよいよ2学期が始まりました。夏休みの様々な経験を通して子ども達も逞しくなったのではないのでしょうか。まだまだ暑い日が続きます。運動会の練習も始まるので熱中症等、体調管理には充分注意していきましょう。



- ① 海拔21.8m
海岸からの直線距離約0.48km
避難場所: 三角公園
(延岡市南一ヶ岡5丁目)
土々呂小から徒歩約15分
- ② 海拔25.9m
海岸からの直線距離約0.6Km
避難場所: 市営一ヶ岡E団地
(延岡市南一ヶ岡6丁目)

2学期が始まり、運動会のシーズンがやってきました。十分な「睡眠」と「食事」を取り、熱中症に気をつけて運動会に向けて頑張りましょう。

熱中症予防のために

暑さを避ける!

エアコン等で温度をこまめに調節

遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用

外出時には日傘や帽子を着用

天気の良い日は日陰の利用、こまめな休憩

吸湿性・速乾性のある通気性のよい衣服を着用

保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす

こまめに水分を補給する!

室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じていなくてもこまめに水分を補給

熱中症とは
「熱中症」は、高温多湿な環境下で、発汗による体温調節等がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。屋外だけでなく室内でも何もしないときでも発症し、救急搬送された場合によっては死亡することもあります。熱中症について正しい知識を身につけ、体調の変化に気をつけるとともに、周囲にも気を配り、熱中症による健康被害を防ぎましょう。

熱中症予防のための情報・資料サイト
https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/nettyuu/nettyuu_taisaku/

厚生労働省 熱中症

スマートフォンでも見られます

熱中症の症状

- めまい
- 立ちくらみ
- 生あくび
- 大量の発汗
- 筋肉痛
- 筋肉のこむら返り

病状がすすむと

- 頭痛
- 嘔吐
- 倦怠感
- 判断力低下
- 集中力低下
- 虚脱感

! 応急処置をしても症状が改善されない場合は医療機関を受診しましょう

熱中症が疑われる人を見かけたら(主な応急処置)

エアコンが効いている室内や風通しのよい日陰など涼しい場所へ避難

衣服をゆるめ、からだを冷やす
(首の周り、脇の下、足の付け根など)

経口補水液を補給*

※経口補水液を一時に大量に飲むと、ナトリウムの過剰摂取になる可能性もあります。腎臓、心臓等の疾患の治療中で、医師に水分の摂取について指示されている場合は、指示に従ってください。

! 自力で水が飲めない、応答がおかしい時は、ためらわずに救急車を呼びましょう!

暑さの感じ方は、人によって異なります
その日の体調や暑さに対する慣れなどが影響します。体調の変化に気をつけましょう。

室内でも熱中症予防!
暑さを感じなくても室温や外気温を確認し、扇風機やエアコンを使って温度調整するよう心がけましょう。

高齢者や子ども、障害のある方は、特に注意が必要!
高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能が低下しており、暑さに対するからだの調整機能も低下しているため、注意が必要です。子どもは体温の調節能力がまだ十分に発達していないので気を配る必要があります。また、障害のある方には、体温調節が難しい場合やのどが渇いても気づかない、自分で水分がとれない等の場合がありますので、介助者やまわりの方は注意しましょう。

厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare



9月の計画



| | 内容 | 講師 他 | 3時のおやつ | | 内容 | 講師 他 | 3時のおやつ |
|------------|------------|---|----------|------------|---|---------|---|
| 1日 (日) | お休み | | | 16日 (月) |  敬老の日(祝日) | | |
| 2日 (月) | 外で遊ぼう | | キャラメルコーン | 17日 (火) | 塗り絵をしよう | | ジャムパン |
| 3日 (火) | ドッジボールをしよう | | ジャムパン | 18日 (水) | 外で遊ぼう | | クッキー・ラムネ |
| 4日 (水) | 外で遊ぼう | | ヨーグルト | 19日 (木) | ドッジボールをしよう | | チーズパン |
| 5日 (木) | 昆虫採取 |  | チーズパン | 20日 (金) | 折り紙で遊ぼう | | こつぶっこ |
| 6日 (金) | 外で遊ぼう | | ハッピーターン | 21日 (土) | クリーン作戦 | | お楽しみおやつ |
| 7日 (土) | クリーン作戦 | | お楽しみおやつ | 22日 (日) | 秋分の日(祝日) | |  |
| 8日 (日) | お休み | | | 23日 (月) | 振替休日(祝日) | |  |
| 9日 (月) | 英語 | | せんべい | 24日 (火) | 塗り絵をしよう | | きなこパン |
| 10日 (火) | 折り紙で遊ぼう | 参観日 (下学年) | きなこパン | 25日 (水) | 外で遊ぼう | | 果物 |
| 11日 (水) | 外で遊ぼう | | 棒アイス | 26日 (木) | リレーをしよう | | ソーセージパン |
| 12日 (木) | ゴムとびをしよう | | ソーセージパン | 27日 (金) | 本を読もう | | かっぱえびせん |
| 13日 (金) | 本を読もう | 参観日 (上学年) | おととと | 28日 (土) | クリーン作戦 | | お楽しみおやつ |
| 14日 (土) | クリーン作戦 | | お楽しみおやつ | 29日 (日) | お休み | | |
| 15日 (日) | お休み | | | 30日 (月) | 外で遊ぼう | | ゼリー |

【9月の口座振替日】

振替日は9/10(火)となります。

★英語★

9/9(月) 15:30~16:40

①15:30~16:30 1~2年生

②16:10~16:40 3年生以上

「ECCジュニア」の岩切先生が日常の英単語にふれあい楽しみながら、教えて下さいます。2ヶ月に1回となります。

【土曜日の預りについて】

保護者説明会の時に説明しましたが、土曜日は『第二ゆりかご児童クラブ』へ保護者の方の送迎をお願い致します。

※徒歩での利用は出来ません。

連絡先(問い合わせ等は下記の番号まで)

TEL:0982-37-0787 (第二ゆりかごWEC学院) 8:00~18:00

TEL:090-6242-0787 (児童クラブ) 14:00~18:00