

6月 園だより

6・7月の行事予定

6月

- ・10日(水) 検尿提出 (つつじ・幼児)
- ・12日(金) 園外保育 (年長児のみ)
- ・17日(水) 避難消火訓練

7月

- ・4日(土) おたのしみ DAY (年長児のみ)
- ・7日(火) 七夕会
- ・17日(金) 避難消火訓練

危険な熱中症に気をつけよう

気温や湿度が高くなるこの時期は、熱中症を引き起こすリスクが高まります。体の仕組みや、どんな時に熱中症が起きやすいのか、熱中症を予防するためにはどうしたらいいのかを確認しておきましょう。



体には熱を逃す働きがある

運動をすると、体が温まり汗をかくようになります。皮フの表面から熱を逃したり、汗を蒸発させて体温を下げたりして、体内の温度が上がりすぎるのを防いでいるのです。

熱中症の危険がある時は？

- 気温が高い時: 皮フから熱が放出されにくくなる。
- 湿度が高い時: 汗が蒸発しにくくなる。
- 急に暑くなった時: 体が暑さに慣れていないため熱の放出がうまく出来ない。
- 水分不足の時: 体内の循環が悪くなり熱を放出しにくくなる。



熱中症を防ぐためには

- ☆ 気温や注意報を確認... 暑さ指数や熱中症アラートなどを参考に気温が高い日は遊ぶ時間や場所を考える
- ☆ 暑さに体を慣らす... 暑いから外で遊ばないと、体が暑さに慣れないので適度に外で遊ぶ
- ☆ 水分補給はこまめにとる... 代謝が活発な乳幼児は脱水を起こしやすいので、こまめに水分補給をする

台風や大雨の時にはアプリで確認を！！

これからの時期は台風や大雨が予想されます。場合によっては、急なお迎えの要請や休園などの対応をとることがあります。その際には、アプリ(ルクミー)を使って園から連絡を入れますので確認をお願いいたします。

