

7月 園だより

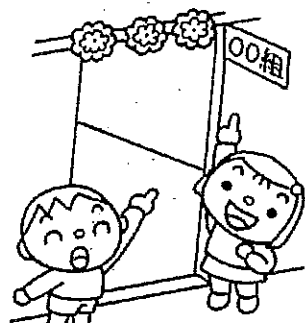
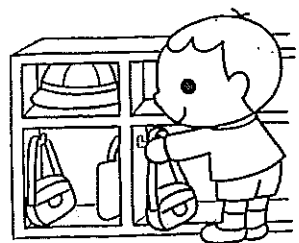
平成26年7月 1日
 社会福祉法人 遊星会
 りんりん保育園



日々 陽射しが強くなり 涼を求める日が
 多くなってきましたね。
 開園が遅れ 大変ご迷惑をお掛けしました事を
 心より お詫び申し上げます。

7月1日 社会福祉法人 遊星会
 りんりん保育園が開園しました。
 皆さん ご入園 おめでとうございます。
 開園したばかりで 不慣れな事や、不手際が
 あるかと思いますが 保護者の方々が安心して
 お仕事に行けます様に 職員一同心をひとつにして
 保育に励んでいきたいと思っています。

どうぞ よろしくお願ひします。



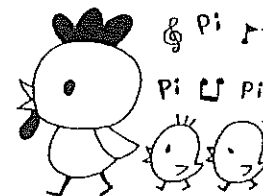
職員紹介

理事長	南條 猛
園長	横石 典子
事務主任	片本 小弓
看護師	澤向 真佳
保育主任	多田 規子
ひよこ組	杉尾 友美 西川 由真 白尾 礼奈 乾 綾香 日高 夕貴
りす組	石塚 智佐子 石橋 奈々 松村 紘乃 阪本 実穂
うさぎ組	松井 知佳 縁川 晃子 中谷 絢子
ぱんだ、きりん組	加谷 麗奈
朝パート	宮前 愛
夕パート	武田 江梨子

今月の行事予定

14日(月)	身体測定(ぱんだ、きりん)
15日(火)	(うさぎ)
16日(水)	(りす)
17日(木)	誕生会(4. 5. 6. 7月生まれ)
18日(金)	身体測定(ひよこ)
23日(水)	避難訓練

初めての場所での集団生活で
 不安でいっぱいの子ども達と
 思います。
 ひとりひとりの気持ちを 受け止め
 寄り添いながら 安心して過ごせる
 様に 丁寧に関わっていきたくと
 思っています。
 ご不明な点、質問などありましたら
 遠慮なく 事務所や担任に
 聞いてくださいね。





7月 ほけんだより

2014/07/

りんりん保育園

初めまして。りんりん保育園の保健担当させていただきます看護師の澤向(さわむかい)です。

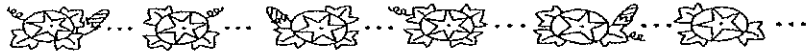
できるだけみなさんに分かりやすくお便りを作成していきたいと思っておりますのでどうぞよろしくお願い致します。

さて、7月に入りましたがまだまだ梅雨は明けず、じめじめした日が続いています。しかし、夏はもう目前です。

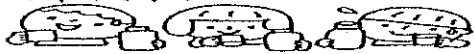
夏に入ると注意してほしいのが熱中症です。また、最近では夏風邪もちらほら流行り始めています。

園でも十分に子どもたちの健康面には注意して配慮していきたいと思っておりますので、ご家庭でも生活リズムや食生活など気をつけて下さい。

“子どもの様子がいつもと違うな”と思われたら気軽に保育士または看護師に伝えてください。



熱中症に注意!



熱中症は多湿多温の時に最も注意が必要になります。

(※炎天下ばかりではなく通気が悪く熱気のこもった室内でも起こります。)

私たちの身体の中では産熱と放熱のバランスがとれています。

産熱:身体が熱を作る働き。 **放熱:**身体の外に熱を逃がす働き

産熱と放熱のバランスが崩れたときに熱中症が起こります。湿度が高いと汗をかき機能が抑えられて体内

に熱がこもり体温がどんどん上昇してしまいます。特に乳幼児は汗をかき機能が未発達なので熱がこもり

やすく体温が上昇しやすいので注意が必要となります。実は、子どもは地面からの照り返しの影響を強く受け

やすく、大人の高さでの温度と子どもの身長での温度、ベビーカーでの温度、そ

れぞれ違うのです。(図を参照下さい。)

☆熱中症を疑う症状

顔がほてっている、触れると体が熱い、だるそうにしている、おしっこがでていない、

吐いている、大量の汗をかいている、ふらふらする(めまい)、頭痛を訴える、皮

膚が乾燥している など

☆予防

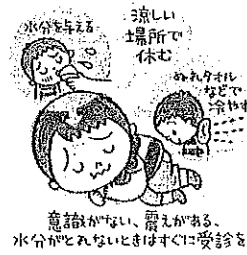
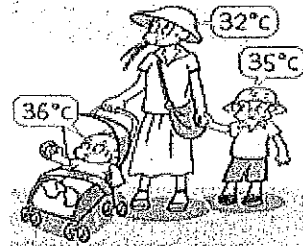

水分・塩分補給、直射日光を防ぐ(外出時は帽子を被る等)、空調の温度に気

をつける(暑いからといってクーラーの効きすぎた部屋で過ごすや汗をかき機能を発達を妨げてしまう為)、

日々の体調管理

※呼びかけに対して反応がなかったり、けいれんを起こしていたり、体温が40℃以上、汗がでないなどの

症状がでた場合は、受診をしてください。

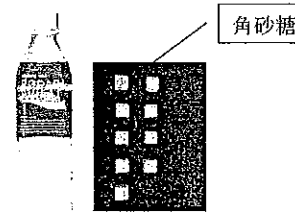



アデノウイルス

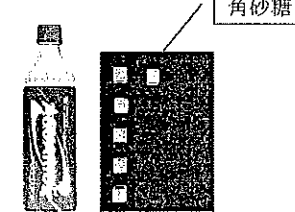
溶連菌

嘔吐下痢症 最近よくみかけます。

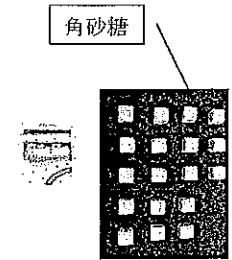
意外と知らない...



ポ●リスウエット 500ml
 糖分 33.5g
 角砂糖 9個分



ア●ク●リアス 500ml
 糖分 23.0g
 角砂糖 6個分



カル●スウォーター 500ml
 糖分 66.0g
 角砂糖 18個分

風邪の時、スポーツ飲料を飲んでいると水分補給になっていると思いませんか？

実際のところは水分・塩分補給にはなっていません。スポーツ飲料を飲んでいるのに“なぜかのどが渇く”という体験をされた方もいらっしゃると思います。

上記に示した通り、スポーツ飲料の中には想像した以上に砂糖が多く混入されています。

砂糖を摂取すると血液がドロドロになります。そのドロドロになった血液をサラサラにするために血管の外から(皮膚から)水分をとろうとする現象(吸収)がおきるので皮膚がカサカサになります。一番やすい部位は唇です。唇や口の中が乾燥すると人間は水分を補おうとします。

※血液がドロドロになるというイメージがわからない方は砂糖水を想像してください。砂糖水はドロドロ、ネバネバしていますよね。そして時間が経つと砂糖と水が分離して砂糖は下に固まります。この現象が血管の中でも行われているということです。これが動脈硬化の原因の一つともいえます。

実際は水分・塩分補給には、いいお水と良質なお塩(化学塩ではなく自然塩、天日塩)で十分なのです。