



令和元年 6月1日  
長寿院保育園

よく汗をかく季節になってきましたね。  
汗をかくと肌にゴミやあかがたまり、あせもができやすくなります。  
・タオルで拭く      ・シャワーを浴びる      ・着替える  
等をして、清潔にすることが大切です。

雨の季節です。たっぷりと水を含んで夏の準備が始まりました。  
5月の保護者会には、多くの皆様のご参加をいただき厚くお礼申し上げます。  
今月も楽しい行事がたくさん待っています。楽しみにしてください。



#### 今月の行事予定

6月3日(月)～6月7日(金) トライやるウィーク  
6月10(月) 健康診断 13:30～  
6月15(土) ひまわり会  
6月18日(火) 梅干し作りの実習(5歳児)  
6月19日(水) 眼科検診 13:30～(4・5歳児)  
6月29日(土) 七夕まつり

#### 7月の行事予定

7月1日(月) ポニーとふれあい  
7月26日(土) ひまわり会  
7月22日(月)～8月9日(金) プール遊び ※月1回 避難訓練



### 七夕

七夕とは、中国から伝った織姫と彦星の「星伝説」と書道や裁縫の上達を願う風習に日本の「棚機女」が神様の為に、着物を織る神事が合わさって今日に伝えられている行事です。  
今年の7月7日は織姫と彦星が無事に会えるのでしょうか？空を見て天の川を探してみてください！！

#### 《熱中症の予防法》 熱中症に注意



##### ○水分補給

- ・一度にたくさんとらず、コップ一杯以下をこまめにとるようにしましょう。
- ・利尿作用の少ない「麦茶」や「そば茶」がおすすめ。スポーツドリンクや、体への吸収が早い経口補水液も有効です。緑茶には、利尿作用があり、摂取した以上に水分が失われる可能性があります。

##### ○炎天下時の外出

- ・背が低かったり、ベビーカーの利用などで大人よりも地面に近い環境で過ごすことが多く、地表からの熱を受けやすくなります。子どもの高さの気温や湿度を気かけましょう。炎天下時は長時間外出しない、日陰を歩く等の注意が必要です。

##### ○衣服

- ・綿など汗をよく吸う素材で、風通しの良いものを。
- ・ノースリーブよりも袖があるほうが汗を吸うので快適です。
- ・黒系の服は熱を吸収しやすいためなるべく白系の服を着せましょう。



#### プールの準備をお願いします！



7月22日よりプール遊びを計画しております。  
水着・タオル・水泳帽の準備をお願いします。  
**持ち物には全て名前を記入して下さい。**  
**目・耳・鼻・皮膚に異常が見られる場合は早めに受診しましょう。**