



暑い日が続き、なかなか外で遊ぶことができませんが、あそびを工夫しながら、夏を楽しめればとおもいます。



暑さに気を付けながらの活動



[環境省熱中症予防情報サイト](#)/環境省から、

●熱中症警戒アラートが発表になりましたら、園庭遊びは中止しています※1。

- ・実測して、暑さ指数 31 以下であれば、テラスでの水遊びを行っています
- ・0歳児クラスは熱中症警戒アラートが発表になりましたら、外遊びは中止



※1 熱中症警戒アラートが発表になったら表示します



玄関にある暑さ指数表示

暑さ指数を色別の顔で表示をしています。

高 ← 暑さ指数 → 低

赤 > オレンジ > 黄色 > 緑 > 水色

7 がつ 30 にち 11 じ 10 ぶん		あつさしすう: 28.8	きおん: 32.1		
暑さ指数	気温	暑さ危険度	きをつけること		
31 以上	35℃ 以上	運動は原則中止	そとであそべない!		
28~31	31~35℃	厳重警戒	10~20分おきにやすんで みずあそび おさんぽ		
25~28	28~31℃	警戒	こまめにやすんでおちやをもう! 30ぶんしたらやすんで!		
21~25	24~28℃	注意	こまめにやすんでおちやをもう! ずっとはしってないでね		
21未満	24℃未満	ほぼ安全	おもいっきりあそんでだいじょうぶ! でもこまめにやすんでおちやをもう!		



水あそびは
五感を育てます

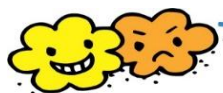
晴れていても
暑すぎて
園庭で遊べなくて…
水に触れ、水の刺激を受け
遊びを広げる
子どもたち

水の冷たさや
気持ちよさを
肌で感じられます

暑い時期便秘になっていませんか？

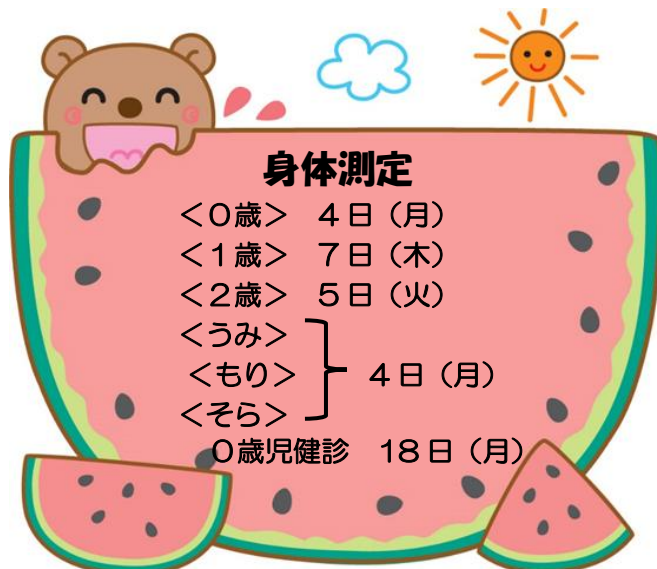


汗で水分が奪われるため、便の水分量が少なくなって
硬い便になり、便秘の原因となることがあります。**脱水**
の予防が、夏場の便秘予防になりますので、意識的に水
分と塩分を補給するようにしましょう。



7月感染症報告

- ・ヘルパンギーナ 1名
- ・溶連菌 6名





からだのはなし

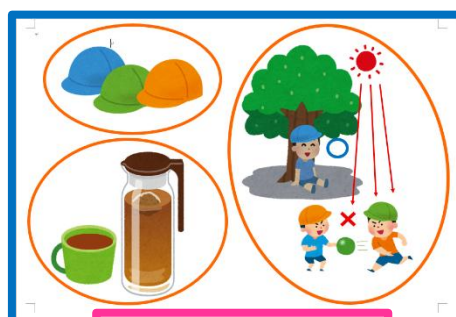
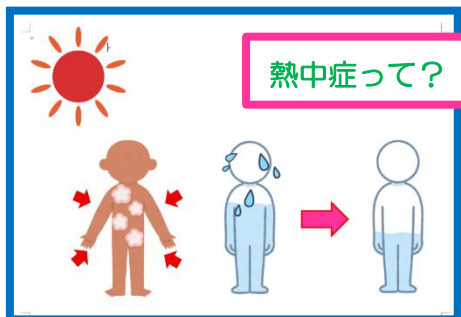


◆7月のテーマ “暑さに注意！” 汗とは？ 汗をかいたらどうする？

暑さからからだを守るために



★7月は、熱中症についての話をしてきました。どうして汗をかくのか？どうして熱中症になるのか？熱中症にならないためにはどうすればいいのか、暑さ指数を色別で表し、暑さを知る



◆8月のテーマ: 朝ごはんの効果

朝ごはん何食べた？ 食べたものはどうなる？ 栄養ってなに？