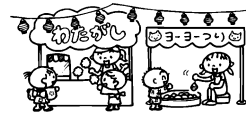


# N081 ひまわり



★★今月のひまわり★★



大阪市委託事業  
『つどいの広場』  
保育所・今川学園

雨が明けたとたん一気に真夏がやってきて、暑い日が続いていますね。「ひまわり」に来られる子どもさんは汗でびしょり!! 髪の毛まで濡れて、まるでシャワーを浴びたようになっている子もいます。

「ひまわり」を利用していただいているお子さんたちの中で、ハイハイから歩くようになったり、いろいろなおもちゃに興味を持ち、遊びにも変化が見られ成長を感じている今日この頃です。親御さんの嬉しさはもちろんのこと、私たちスタッフにとってもとても嬉しいことです。

これから夏本番です。十分な睡眠、バランスのよい食事での暑い夏を乗り切りましょう。今日も涼しい「ひまわり」でほっと一息。みなさんのお越しをお待ちしています。



## ～残念!水あそび～



7/17(金)の水あそび・・・連日暑い日が続き楽しんでいた水あそびでしたが台風の雨のため中止になってしまいました。ホント～残念!8月にも水あそびをしますのでまたのご予約をお待ちしています。

### ～おうちでの水あそび～

0 オさんは初めての子どもさんがほとんどではないですか?最初は沐浴感覚で始めてみてはどうでしょう。スプーンで水をすくって「おててにジャー」とかけたりして楽しく遊ぶことを経験させたいですね。

1 オさんはよちよち歩きが楽しい頃。じょうろで水をまいたりビニールプールの中で「足をバシャバシャ」としたりすると楽しいですよ。

2 オさんは元気いっぱいのところ。水でっぼうで水をかけあったり水中の宝物を拾って活動的に遊ぶともっと水あそびが楽しくなりますよ。

中には怖がったり嫌がる子どもさんもおられると思いますが、ビニールプールの水位を下げたり好みのおもちゃを浮かべたりしながら、何ごとも急がずにはだかんぼでおひさまと仲良くするだけでも子どもさんにとっては十分ハッピーだと思います。お家でも水あそびをしてみてもいいですか?新しい発見があるかも・・・

## ～乳児の夏の過ごし方～

### ○乳児の体温

体温調節が未熟で体温が外気温に左右されやすく熱が体内にこもりやすくなります。毎日同じ条件で体温を測り平熱を把握しておきいつもより高めの際は水分をとったり衣類を一枚脱がせたりして様子を見ると、しばらくして体温が下がることもあります。

### ○室温の調節

・エアコンの設定温度は外気温との差を3～5度以内にする。暑い日は26～28度くらいにする。

・冷たい風が直接当たらないようにする。

・生活する位置が低いため、床に近い所の室温を確認する。

・冷気がたまることがあるため、扇風機を使って空気を循環させる。

・ときどき窓を開けて換気する。

夏の暑さは赤ちゃんにとって心配なことがいっぱい。出来るだけ快適に過ごせるよう、表情・顔色・機嫌などいつもと違いがないかこまめに確認し早めの対処を心がけてくださいね。



## ◆◆◆ブックスタート◆◆◆

生後3ヶ月検診時に配布された“引換券”をお持ちいただくと“ひまわり”で『絵本』をお渡し致します。予約が必要ですが、読み聞かせの時間もありますので、どうぞご利用下さい。

＝ひまわり利用曜日&時間のお知らせ＝

毎週 月～金 AM10:00 ～ PM4:00