



雨の合間に、夏のような暑さの日もあり夏の近づきを感じます。あおいまついの今年のばら組の展示はケーブルテレビの「おおきくなったらなんになる？」の撮影で憧れの職業や将来つきたい仕事について考える機会を持ったことや春の遠足で普段なかなか見る機会のない仕事をする人の様子を見た経験から「大きくなったらなりたいな」の展示をします。「この職場にはこんなものが必要」「この職場にはこんなものが売ってあるよ」と子どもたちが必要なものを考え、工夫し相談しながら製作活動に取り組んでいます。年長児から頼まれたものを他のクラスの子どもたちがお手伝いしてくれているものもありますので、楽しみにしててくださいね。



## 熱中症に気をつけましょう！

子どもは汗をかく能力が未発達のため、皮膚の血流量を増加させ、体の表面から周囲に熱を逃がすことで体温を調節しています。子どもは、大人よりも体重に対して体表面積が大きいいため、周囲の環境の影響を受けやすく、熱しやすく冷めやすいという体格上の特徴があります。

気温が皮膚温よりも低い場合には、体表面積の大きさを活かし、体の表面から熱を逃がすこと（熱放散）で大人と同じように深部体温を調整することができます。しかし、気温が皮膚温よりも高い場合や、地面からの照り返しなどの輻射熱が大きな場所（夏季の炎天下）では、周囲の環境の影響を受けて、熱しやすい子どもの深部体温は大人よりも大きく上昇し、熱中症のリスクが高くなります。

子どもの熱中症は周囲の人が、顔色や汗のかき方を注意してみることで防ぐことができます。暑い環境で長い時間過ごす場合には、数回に分け涼しい場所での休憩と、十分な水分・適度な塩分補給を行いましょう。

子どもの顔が赤く、大量に汗をかいている場合には深部体温が上昇していることが考えられるため、涼しい場所で休み、水分や塩分を補給するようにしてください。

特に体温調節機能が十分に発達していない乳幼児は、大人よりも熱中症にかかりやすいといわれていますので、より一層の**熱中症予防・対策**をおこなう必要があります。

### 子どもの熱中症予防・対策

- ①水分を多めにとる…一度にたくさんではなくこまめな水分補給をしましょう。
- ②熱や陽射しから守る…帽子をかぶる、日陰をつかって遊ぶようにしましょう。
- ③地面の熱に気をつける…照り返しにも注意が必要です。ベビーカーを使用する時にも気をつけましょう。
- ④暑い環境に置き去りにしない…少しの時間と思っても短い時間で体調が急激に変化する可能性があります。
- ⑤室内遊びも油断は禁物…直射日光が当たらない室内では温度の上昇に気付きにくい場合があります。
- ⑥周りの大人が気を付ける…子どもは自分のしんどさを上手く伝えられません。周囲の大人が様子を見ましょう。
- ⑦外遊びに夢中になりすぎない…適度な休憩を取ることや遊びの時間の長さ気をつけましょう。



園では環境省の熱中症予防サイトの暑さ指数や熱中症アラートを目安に子どもの健康状態に配慮しながら活動の場所や時間の設定を行っています。毎日の体調についてこまめに園と家庭が伝え合い、連携しながら暑い時期を健康に過ごすことができるようご協力をお願いします。