



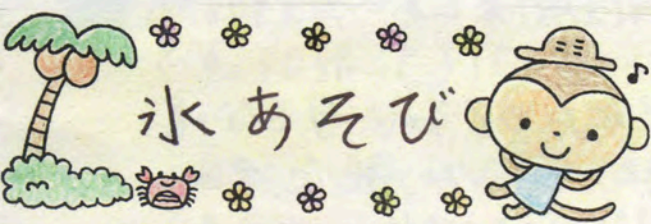
# 子育て通信

第51回 平成24年8月1日  
 常葉学園短期大学  
 専攻科 保育専攻

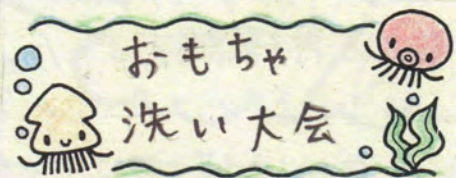
8月に入り、暑い日が続いています。お子さんもお兄さんやお姉さんが夏休みになり、一緒に楽しく遊んでいるのではないのでしょうか。そこで心配になってくるのが熱中症や脱水症状です。子どもは大人よりも体温調節機能が難しく、発汗作用も高いので水分補給や休養をまめに取るようにしたいものです。

前回の子育て広場では、初めてプールを出しました。この日は曇っていて少し涼しかったこともあり、あまり遊ばなかったと思います。これから暑い日が続くので、プールにポットボトルのおもちゃやプールで遊ぶおもちゃを出し、子どもたちに楽しんで頂けるよう遊び環境を少しずつ整えていきたいと思っています。

今回の通信では、ご家庭でも簡単に涼しさを感じられるよう楽しい遊びを載せまいたげ。ぜひお子さんと一緒に楽しんでみて下さい。



氷を作る際にあらかじめビーズなどを入れて凍らせます。普段何も色のない氷に、カラフルな色が見えるだけで、気持ち的にもワクワクしますね。子どもはキラキラしたものが大好きです。おままごとで使った残り、プールに入れて遊んでみたりするのもいいですね。夏で暑い日に冷たい氷を触ると、体も心も涼しくなります。色が入った氷をお子さんと一緒に見て触って楽しんでみて下さい。



日常よく使っている玩具。その玩具を子どもにも洗ってもらいましょう!! 使ったものを片付けるだけでは、子どももなかなかやる気が起きない時もあると思います。そこで、おもちゃ洗い大会といったゲーム感覚で片付けをすると、子どもも楽しく片付けが出来ます。お母さん、お父さんも加わって家族みんなで楽しみながら行ってみて下さい。







# お母さんの声



今回は七夕をテーマに、自分の願い・家族の願いを短冊に書いて頂きました。思い思いの願い事は書けたでしょうか？願い事を元にお話もして頂きました。普段口には出さない自分の願いを教え合ったり、家族のことについて改めて考えることが出来た時間になったのではないかと思います。前回参加したお母さん方の感想を紹介させていただきます。



★ 子供と一緒に季節の行事を楽しむことができて良かったです。今日は七夕の短冊の飾りをして、普段はあまり考えない願い事を考えて自分が今何を願っているのか、周りのママたちが何を願われているのか、一緒に話を聞いて楽しかったです。

★ むかしは純粹に自分の願い事を考えられたのですが、母となって自分自身というよりも家族あつての自分というものが先に浮かぶようになったのはよこびでもあり悲しいような…。みんなで元気に七夕の願い事ができたらそれが幸せかな。今日もありがとうございました。

★ 健康、仲良く、ありきたりな普通の毎日を…。これ以上の願いはないと再確認しました。自分の願いは切実なものから下らないものまで様々にたくさん。いろいろ叶うといいな。久しぶりの参加でしたが子供はほとんど帰って来ず、親子とも楽しめた時間でした。ありがとうございました。

★ いつもはべったり離れない我が子ですが今日はたいぶ場になれずきこような行動をしていました。2年目にしてやっと？これからだんだん自分の居場所を上手に見つけられるようになってほしいです。皆さんのねがいをきいてとてためになりました。私も目の前の現実にふてくされてばかりいないで、大らかに気持ちや考え方を転換してうまくすごしていくきたいなと思いました。





★ たなばたで願いが叶うといいなあ〜。家族の願いは皆と同じで、やっぱり家族は大切。そして私自身の願い「体型について」でしたがこれもママ達とはほぼ同じでした。皆と共感できてよかったです。

★ 短冊に願い事を書く内容でしたが、家族への願いごとが健康以外ということであらためていろいろな事を考え書くことができました。短冊を通して子どもや家族の大切さを感じました。



★ 家族の願いはやっぱり皆同じ健康や仲良しなんだなあ〜と思った。個人の願いも皆同じ感があったのがびっくりした。願いがかなうよう努力したいと思いました。お兄さん、お姉さん達も夢をかなえて下さい。

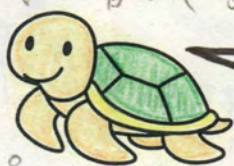
★ 今日は家族の願い事に加え、自分の願い事も書くことができてよかったです。他のお母さんも同じ様な事を思っていることがわかり安心しました。子供が人見知りですと私にべったりで学生さんと遊べなかったのが残念でした。次回は、あそべるといいな...

★ 願い事を日々考える機会がないので実際考えてみておもしろかったです。結婚して子供がいると「健康」や「金」などの願い事ばかり浮かんできて、自分がとても現実的な大人になったなあと思いました(笑)これから、「夢」をたくさんもっている子供に「夢」を少しおすそわけしてもらい、より楽しい毎日を過ごせるといいなと思いました。

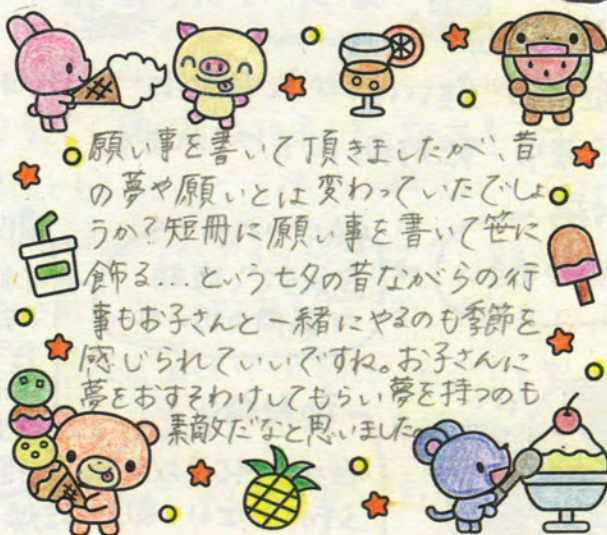
★ 子供の頃を思い出しました。他のママたちの願い事、楽しかったです。笹をいただいたので家でも願い事を書いて家族で楽しみたいと思います。

★ 何十年ぶりにセタを書きました。とってもなつかしかったです。今日、家に帰ったら、娘にも字は書けません。短冊買ってやらせてあげたいと思います。

★ 願い事=家族の事になってきます。今日は自分の願い事も考えましたがやはり、子どもたちが関わってくる事でした。家族、子どもたちの幸せが自分自身の幸せなのです。



次回は 9/12(水) です!





# 子どもの健康

子どもは遊びに夢中になると、自分の体の異常に気づかないことも。デリケートな子どもを守るために、防止ポイントやケアを知っておくと役に立ちます。夏に起こりやすい2つを参考までにどうぞ♪

## あせも

### ●原因

汚れや汗で汗腺(汗の出口)が詰まり、汗が皮膚の中にたまって炎症を起こすこと。

### ●おもな症状

額や頭、首、おしり、背中など、汗をかきやすい所に、かゆみのある発疹ができます。あせもをかきこわすと傷口に黄色ブドウ球菌が感染し、痛みのある「おでき」のようなあせものよりになることがあります。

### ●治療とケア

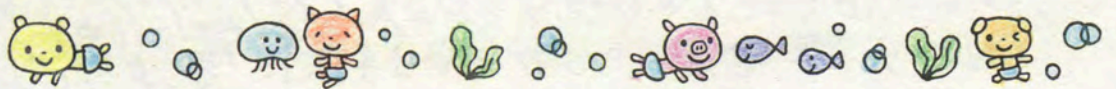
あせものよりになった場合は、抗生物質の内服や外用薬が必要です。

### <防止ポイント>

- ★ 月に汗を残さない。
- ・ 遊んだ後、昼寝の後など、ぬれタオルなどで体をふき、肌に汗を残したままにしないようにする。
- ★ こまめに着替えをさせる。
- ・ 暑い時期は着替えを夕めに用意しておき、汗をかいた後は、下着まで着替えさせるようにする。



もし、あせもになっても、かきこわしてあせもよりにならないようにすることが大切。



## 熱中症



### ●原因

暑さで体温調節機能がうまくはたらかず、体温が異常に高くなること。

### ●おもな症状

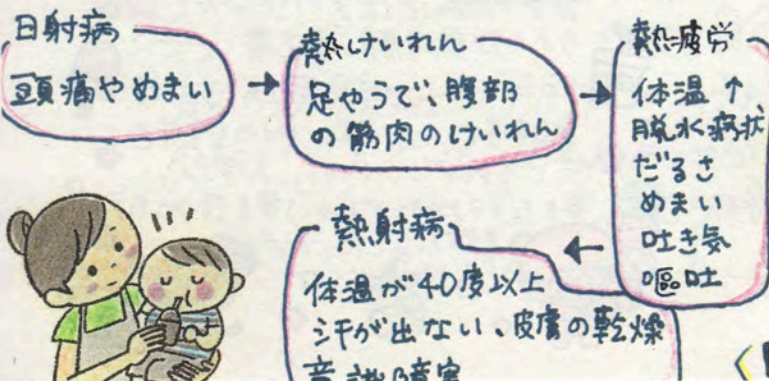
症状が軽いほうから、日射病・熱けいれん・熱疲労・熱射病に分けられます。



① 涼しいところで休ませる  
風通しのよいところや涼しい室内へ移動。衣服をゆるめて楽な姿勢で寝かせ、しばらく様子を見る。

② 体を冷やして体温を下げる  
おでこ・首の付け根・わきの下・足の付け根などにタオルを当てて。体に少量の水をかけてあおいでも◎

③ 水分をたっぷりとらせる  
飲めるものなら何でもよいが、水や麦茶など甘くないものがおすすめ。又、子ども用のイオン飲料などもある。



<防止ポイント> ★ ぼうしをかぶる。 ★ こまめに水分を補給

