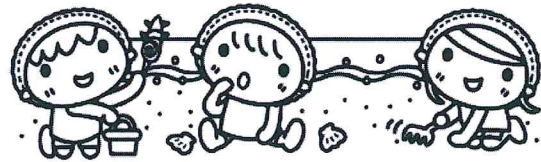




# さくらんぼ 8月号



049-261-7677

## 8月の予定

平成30年7月発行

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
			1 70-10 11:00~11:30	2 さくらんぼ ひろび	3 70-10 11:00~11:30	4
5	6 70-10 11:00~11:30	7 さくらんぼ ひろび	8 70-10 11:00~11:30	9 さくらんぼ ひろび	10 70-10 11:00~11:30	11
12	13 フリースペース	14 フリースペース	15 フリースペース	16 フリースペース	17 フリースペース	18
19	20 70-10 11:00~11:30	21 さくらんぼ ひろび	22 70-10 11:00~11:30	23 さくらんぼ ひろび	24 70-10 11:00~11:30	25
26	27 70-10 11:00~11:30	28 11:00~ さくらんぼ ひろび	29 70-10 11:00~11:30	30 おはなし会 & 誕生会 10:45~11:00頃	31 身体測定 9:30~11:00	

※8月はリズム・キッズ体操、ベビーマッサージはお休みです。

※屋上プールは 基本 月・水・金の 11:00~11:30 となります。

※13日(月)~17日(金)はフリースペースとなります。支援センターは開いていて自由に遊べます。

※30日(木) おはなし会&8月生まれのお誕生会…誕生月のお子さんは 10:30 までに来て、ボードに名前と誕生日、年齢を書いてください。

※31日(金) 身体測定です。今月はこの日のみです。

★自転車で来園する場合は、門を入れてフェンス側の端に寄せて停めてください。プールの時期は大変混み合います。スペースがいっぱいになりましたら、他の駐輪場をご利用ください。  
歩道には停めないようお願い致します。



## 「水あそびだ~いすき!!」

赤ちゃんはお腹の中にいた頃から水の中で過ごしています。そのせいか子どもは水が大好き。泣いていても水に触れると泣き止んだりします。子どもの心をつかんで離さない魅力的な水でこの夏はたっぷりあそびましょう!!

エアコンの効いている部屋で汗をかかずにいるよりも、たっぷり遊んで汗をかくてプールで汗を流した方が自律神経なども整えられてからだにいいですよ!

↓ 水あそびをした日は…

水あそびした日はからだがとても疲れます。早めにお昼寝ができるよう、ごはんをあらかじめ用意しておくなど工夫するといいかもしれませんね。



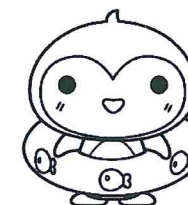
### ~プールの入り方~

- ① プールチケットを購入する。  
(さくらんぼで購入できます。5枚綴り 250 円。残ったら来年も使えます)
- ② プールチケットを来園名簿にテープで貼付ける。
- ③ さくらんぼで着替える。
- ④ 貴重品とタオルを持って屋上へ。
- ⑤ ホースの水でお子さんのお尻を洗う。
- ⑥ 大きいプールやタライなど好きなところへどうぞ。

### もちもの

- きれいな綿パンツや水着  
(水遊び用の紙オムツも OK です)
- サンダル(階段・屋上は熱いです)
- 着替え
- タオル
- 飲みもの
- ママは濡れてもいい服装で!

お子さんから目を離さないよう、くれぐれも気を付けてね!



### 熱中症に気をつけよう!

☆初期症状☆

- めまい • 立ちくらみ • 大量の汗・汗が出なくなる • 頭痛 • 吐き気
- 倦怠感 • 顔面蒼白 • 皮膚の乾燥

↓ 日陰や涼しい所へ移動する

☆対処方法☆

- 足を高くして寝かせる
- 水や氷で冷やす(首・脇の下・手足のつけ根など)
- 水分と塩分を摂取(少しの量を何回かに分けましょう)

★1時間ほど経っても症状が改善されない場合は、すぐに病院へ行きましょう

日頃から少量ずつこまめに水分をとりましょう



### ~プールの時も油断禁物!!~

- ☆水にもぐらない子は頭や肩が熱くなっています。ときどき頭や肩に水をかけてください。
- ☆プールに入っている間でも水分不足になります。プールから上がった後水分を飲ませてください。