



ほけんだより8月号

令和7年7月31日
認定こども園
桜保育園

連日の猛暑に体も心も疲れやすい時期となりました。冷たすぎる飲み物やアイス
クリーム、糖分の多い飲物は食欲不振や夏バテの原因につながります。
毎日こまめに、麦茶などで水分補給をするなど注意が必要です。

プール遊びが始まっています！

子ども達が大好きな夏がやってき
ました！園では天候、水温や気温、
湿度等をみながら、安全に配慮して
プールで水遊びを始めています。水
遊びは体力を消耗するため夜は早め
に寝かせる等疲れが残らないよう
お願いします。

少しでもいつも
と違うことがあり
ましたら、お知
らせ下さい。

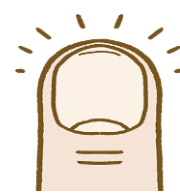
プール遊びについて

- ・気温 26℃以上水温 24℃以上で可能
- ・又、気温水温の合計が 65℃を超える
際は、中止



下痢などの体調不良は
もちろん、朝起きた時の
機嫌、顔色、食欲など。

爪は短く切ってあげましょう！
爪が伸びていると、引っか
かってけがをしたり、お友だち
をひっかいてしまったりと、思
わぬけがを招くことがあり
ます。



お休みの日の水遊びはここに注意！

《必ず大人が付き添って》
ちょっとだけなら離れてもは、絶対やめましょう。



子どもは腕力が
弱く、自分で起き
上がるのが難しい
もの。1～2 cmの
浅い水でも溺れる
危険があります。



暑い日は小さな
プールですぐに
水が温まっていま
います。暑い日は気温
や水温、暑さ指数を
特にチェックしま
しょう。

夏場の屋外活動について

保育園ではお子さんの
安全第一を考え、**熱中症
警戒アラート**が発令時には
プール遊び・戸外遊び・散
歩は中止します。

屋外活動は、その日の
気温により、決定をいたし
ます。暑い日は室内遊びを
中心に楽しんでいます。

WBGT 暑さ指数 熱中症警戒アラート



危険

31℃～



厳重
警戒

28℃～31℃



警戒

25℃～28℃



注意

21℃～25℃

暑い夏を元気に乗り切りましょう！

シャツ

襟ぐりや袖がゆったり
と風通しがよく、綿
100%で速乾性のある
素材のもの



帽子

頭部に直射日光が当た
ると、めまいや吐き気
が起こることがあります。
帽子はうなじまでカバー
できるもの

ズボン

普段は涼しい半ズボン
でレジャーなど虫刺され
予防のために長ズボン
をはきましょう



靴

大人はサンダルが涼し
いと考えがちですが、子
どもの足は未発達で骨も
柔らかいです。思い切り
遊ぶなら運動靴をはきま
しょう

車の中の暑さにも気をつけて



日よけをつけ、日差しを防ぐ工夫を！
決して子どもだけを車中に残さない。