

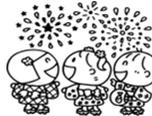
ゆう・ゆう

No. 234 令和7年8月1日 発行
 滝川市子ども発達支援センター
 滝川市栄町1丁目7-14
 tel・fax 0125-23-3361
 e-mail: ryuiku@city.takikawa.lg.jp
<https://www.city.takikawa.lg.jp/site/kosodate/2054.html>

夏本番を迎え、セミの声響き渡る季節になりました。そんな暑さやセミの声にも負けず汗をかきながら目一杯遊ぶお子さん。水遊び、お祭り、花火、盆踊りなどお子さんにとっては楽しみな行事が多いのもこの季節ですよね。熱中症や脱水症状などには気を付けながら、当センターでも元気に楽しく活動していきたいと思います。

ゆうゆう一む

保護者学習会を開催しました



7月8日(火)に保護者学習会を実施しました。教育委員会の伊東主査、東小学校の金澤教諭、熊谷教諭の3名に、就学までの流れや通級指導教室、特別支援学級の取り組みなどについてお話いただきました。職員一同も改めて再確認することができました。参加頂いた保護者の皆さま、ありがとうございました。当日の参加が難しかった方でも、お話や資料についてお聞きしたいことなどがあれば、遠慮なくお声かけいただければと思います。

夏を元気に乗り越えるには

近年では、北海道でも気温が高い日が多くなり、30℃を超える日も多くなりました。お子さんは大人よりも体温調節機能の発達が未熟なため、より注意が必要です。大人もなんとなく体調が悪い…と“夏バテ”を感じることもあるのではないのでしょうか。

夏バテの原因として考えられるのは、①高温多湿の環境、②冷房の効いた室内と屋外との温度差などが考えられます。お店などに行くと冷房がとても効いていて過ごしやすくと感じることもあるかと思いますが、温度差が強いと身体の機能がうまく働かにくくなるため、夏バテの原因となるようです。睡眠時の冷房の効きすぎにも注意が必要です。

対策としては、冷房の設定を25～28℃にして冷やしすぎないことや、外気温との温度差を5℃以内にする他、少し涼しくなってきた時間帯に運動をする習慣なども効果的とされています。特にお子さんは、適度な運動(遊び)を通して体温調節機能も育まれます。もちろん規則正しい生活なども効果的ですが、飲み物は冷やしすぎないことや、トマト、パプリカ、枝豆などの夏野菜(ビタミンやミネラルが多く含まれているもの)を食事に取り入れることも効果的なようです。

便利な世の中にはなりましたが、何事も使い方や付き合い方を考える必要があるようです。上手く使いこなしながら、楽しく元気に夏を乗り越えたいですね!

8月の日程表



				1日(金)
4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)
	職員研修のため、指導はお休みになります。			
11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)
山の日				
18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)
・2歳児相談協力	8月19日～22日まで 指導計画作成のため指導はお休みになります			
25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)
・看護学生実習	・乳幼児相談協力	・看護学生実習		・保護者交流会

お知らせ

- 8月から11月にかけて、滝川市立高等看護学院の実習生が実習に来ます。指導場面の見学をさせていただくことがあるかと思いますが、ご協力をお願いいたします。
- 8月5日(火)は職員研修のため、8月19日(火)～22日(金)までは指導計画作成のため、指導はお休みとなっております。ご理解とご協力をお願いいたします。
- 8月29日(金)に保護者交流会を実施します。申し込みは順次受け付けております。当日参加も可能ですので、ご希望の方はぜひご参加ください。
- 今月も引き続き気温が高い日が続きます。来所の際は、水分、着替えなどをご持参いただきますよう、ご協力をお願いいたします。

