

予告～イベントのお知らせ～



未就園児のきょうだい（上のお子さん）も一緒に参加出来ます！

子育てサロン合同イベントを開催します！！

“ジャスパーたきぐちさんのわくわくショー”

- ★場所：必佐公民館
- ★時間：10:15～11:00（10:00～受付）
- ★対象：未就園児の親子（きょうだい参加可）

子育てサロンのスタッフが、みんなが楽しめるイベントを企画しました！
残暑を笑いで吹き飛ばそう～！
ぜひ、参加してくださいね(^_^)

*申し込み等の詳細は、次号 8/1 発行、公式 LINE 「ひのこどもタウン」等でお知らせします。



楽しく夏を過ごすために～熱中症について知ろう～

いよいよ夏本番です。お子さんとどこへ出かけようか夏の予定を考えておられることと思います。一方で、年々最高気温が更新されており、これから昼夜問わず暑い日が続くことが予測されます。楽しい夏の思い出をたくさん作るため、今一度気をつけたい熱中症のお話です。

どうして子どもは熱中症になりやすいのでしょうか？

① 子どもは体温調節機能が未発達であるため

特に汗をかく機能が未熟で、大人と比べると暑さを感じてから汗をかくまでに時間がかかります。体温を下げるにも時間がかかるため、身体に熱がこもりやすく体温が上昇します。

② 大人よりも背が低く、地表からの熱を受けやすいため

また、子どもは体重に比べて体表面積が広い分、外気温の影響などを受けやすい状態です。

③ 子ども自身では予防できないから

遊んでいるとその楽しさに夢中になり、体に異変が起きて気づかないことがあります。そのため、周囲の大人が気にかける必要があります。



熱中症予防のために

- ・のどが渇く前にこまめに水分補給をしましょう。
- ・通気性の良い服装、暑さに応じて脱ぎ着できる服装にしましょう。
- ・こまめに日陰や屋内で休憩しましょう。
- ・周囲の大人が子どもの様子を気にかけてください。



- ・暑さに負けない体づくりのために、適切な食事、十分な睡眠を心がけましょう。
- ・また、クーラーの効いた部屋での生活に慣れると、うまく汗をかけなくなるため、適度な運動などで汗をかく練習をしておきましょう。



子育てコラム

生後6か月前後の赤ちゃんってさまざまなものをなめるようになりますよね。かくいう筆者の親戚にも、服やソファなどのタグを好んでなめる“妖怪・タグねぶり”が出現する時期がありました。何でもかんでも口に運ぶ様子を見て、衛生の問題や誤飲の心配などからやめさせたくなる…工夫しても気づけばやっている…これはいつまで続くのだろうと悩みながら片づけをする経験はどの家庭でも一度はあるのではないのでしょうか。

赤ちゃんのなめる行為は、子どもの成長に非常に大切なこととされています。口から物の情報（形・硬さ・温度など）を入手するだけでなく、食・言葉の発音・免疫などの体の発達にも関連しています。また、心の発達にも重要な役割を担っています。吸ったり噛んだりしながら安心感・快感・攻撃性を身に付け、「あーん」、「おいしいね」とご飯を食べさせてもらうことで信頼を育みます。そういったあたたかな関わりから、人との関わり方の基礎を積み上げていくのです。

これらのように、口を使った行為から赤ちゃんが得るものは数多くあり、個人差こそあれ手を意図的に動かすようになってからは次第に減っていくでしょう。子どもの成長を見守りたい気持ちとその後の掃除や片づけを想像してげんなりする気持ちの板挟みの中で、誤飲に気を付けながら環境を整えることが大切なのだと思います。むしろさまざまな素材のものを触れさせてあげることで、より感覚が発達されるといった良い影響も期待できるかもしれませんね。



子育て・教育相談センター 心理士 M