

しもとばこどもえんだより

下鳥羽こども園 601-3963

2020年 8月

すなおであかるいげんきなこども

日	曜日	行事予定	
8/1	土	家庭保育可能日	
2	日		
3	月		
4	火		
5	水	体操スクール (年長のみ)	
6	木		
7	金	体操スクール (年長のみ)	
8	土	家庭保育可能日	
9	日		
10	月	山の日 (休園)	
11	火	11日~14日 1号認定さん 夏期休園日	
12	水		
13	木		臨時保育希望日
14	金		臨時保育希望日
15	土	臨時保育希望日	
16	日		
17	月		
18	火		
19	水		
20	木	お誕生会 (園児のみ)	
21	金		
22	土	家庭保育可能日	
23	日	(夏期期間・実習生を受け入れています。) 京都女子大学	
24	月		
25	火		
26	水	体操スクール (年長のみ)	
27	木		
28	金		
29	土	家庭保育可能日	
30	日		
31	月		



こども園は、夏休みはありませんが、(1号認定さんは除く)ご家族がお休みの時は家庭保育して頂いてよいです。夏の良い思い出を!!



令和2年度の熱中症予防行動

(別紙2)

環境省
厚生労働省
令和2年5月

「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

新型コロナウイルスの出現に伴い、感染防止の3つの基本である①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いや、「3密(密集、密接、密閉)」を避ける等の「新しい生活様式」が求められています。このような「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイントは以下のとおりです。

1 暑さを避けましょう

- ・エアコンを利用する等、部屋の温度を調整
- ・感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整
- ・暑い日や時間帯は無理をしない
- ・涼しい服装にする
- ・急に暑くなった日等は特に注意する



3 こまめに水分補給しましょう



- ・のどが渇く前に水分補給
- ・1日あたり1.2リットルを目安に
- ・大量に汗をかく時は塩分も忘れずに

2 適宜マスクをはずしましょう



- ・気温・湿度の高い中でのマスク着用は要注意
- ・屋外で人と十分な距離(2メートル以上)を確保できる場合には、マスクをはずす
- ・マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩を

4 日頃から健康管理をしましょう



- ・日頃から体温測定、健康チェック
- ・体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養

5 暑さに備えた体作りをしましょう



- ・暑くなり始めの時期から適度に運動を
- ・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
- ・「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度

高齢者、子ども、障害者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。3密(密集、密接、密閉)を避けつつ、周囲の方からも積極的な声かけをお願いします。



新型コロナウイルス感染症に関する情報:
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html
熱中症に関する詳しい情報: <https://www.wbgt.env.go.jp/>



感染症

感染症には、飛沫感染と、空気感染があります。

こども園では消毒したり、手を洗うなどして予防しています。

夏場はシャワーなどして汗を流して清潔にしています。

リトミック運動や散歩をしているのは

身体の鍛錬で、免疫力を高めています。

暑い毎日ですが、バランスよい食事もとって元気に過ごしましょう。

まいにちのおやくそく

しんがたコロナウイルスに

うつらない
うつさない

※けんおん まいあさ ねつをはかる

※しっかりてあらい

※せき エチケット

※はやね はやおき しっかりごはん
からだをうごかししょう

