



おひさま

8月号 No.266

朝日保育園・地域子育て

支援センター便り

2025・8・1発行

TEL 33-0188

あつい夏を乗り越えよう！

例年より梅雨明けが早く、厳しい暑さが続いています。この暑い夏を元気に乗り越えるために気をつけたいことをまとめてみました。ぜひ、ご家庭でも参考にしてくださいね！

1. 水分補給をこまめに…子どもはのどの渇きを訴えにくいので、こまめに少量ずつ水分を与える。
2. 衣服は涼しく快適に…吸湿性、通気性の良い綿素材がおすすめ！
3. 室温・湿度の管理…室温は25～28℃、湿度は50～60%を目安に。
4. 食欲・排泄・睡眠リズムを観察…暑さで食欲が落ちたり、便がゆるくなる子もいます。汗をたくさんかくことで体力も消耗するので、お昼寝もしっかりとりましょう。また、おしっこの回数や色にも注意！（少ない、濃い→脱水のサイン）



8月の予定

月	火	水	木	金
			日にち	1
			AM	フリーデー
			PM	
4	5	6	7	8
フリーデー	個別子育て相談	個別子育て相談	個別子育て相談	個別子育て相談
	フリーデー	フリーデー	フリーデー	フリーデー
11	12	13	14	15
山の日	個別子育て相談	個別子育て相談	個別子育て相談	お盆休み
	フリーデー	フリーデー	フリーデー	
18	19	20	21	22
フリーデー	個別子育て相談	個別子育て相談	個別子育て相談	フリーデー
	フリーデー	フリーデー	研修	個別子育て相談
25	26	27	28	29
フリーデー	個別子育て相談	個別子育て相談	個別子育て相談	フリーデー
	フリーデー	フリーデー	フリーデー	



☆電話・来所・訪問相談☆ 月～金曜日 10:00～16:00

*活動中、外出中は電話に出られないこともありますのでご了承ください。

朝日保育園地域子育て支援センター TEL (0897) 33-0188

*一人ひとりに応じた子育て支援の情報をお伝えしたり、サービスの利用をサポートする相談員（子育て支援コーディネーター）がいます。関係機関と連携しながら、必要なサービスをご案内いたします。