



夏真っ盛り！毎日暑い日が続いていますね。子ども達は、元気いっぱい！プールや水遊びを最高の笑顔で楽しんでいます。私たちはそんな子ども達から元気をもらっています。でも、そろそろ夏の疲れも出てくる頃です。しっかり食事をとり身体を休めて、暑い夏を乗り切っていきましょう。

8月7日は 鼻の日



鼻はにおいをかぐだけでなく、いろいろな働きをします。

呼吸をする

鼻の中に入った空気は温められ、鼻毛で汚れをきれいにしてから肺に送り込まれます。

においをかぐ

においをかいで、危険から身を守ります。

声の音色を出す

鼻がすっきり通っていると声がきれいに響きます。

とっても大事！鼻のケア

鼻水は細菌やウイルス、ほこりを外に追い出しています。鼻水が増えると鼻の中は狭いので詰まりやすくなっています。鼻をかめない小さな子はケアしてあげましょう



①鼻水をつまむように にふき取る

※鼻水が固まっているときは・・・温かいタオルをあてたりお風呂上りに拭いてあげましょう

②鼻の下に保湿剤 を塗る



暑さから子どもを守ろう

強い日差しの照り返しで、地面に近いほど気温は高くなります。小さな子どもやベビーカーに乗っている子どもは暑さの影響を受けやすいので注意しましょう。

①日よけで空気がこもらないように

・日よけは風通しが悪くなりがち
中に熱い空気がこもらないように注意しましょう。

②こまめに様子をみて

・シートが進行方向を向いていると様子が見えにくいのでこまめに顔色や機嫌を見て汗を拭いてあげましょう。



③水分補給をしっかりと

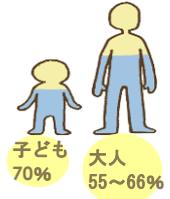
・小さな子どもは汗もかきやすく「喉が渴いた」と言えません。こまめな水分摂取に心掛けてください。

※日中の外出は・・・

- ・なるべく日陰を選んであるこう！
- ・暑さの厳しい時間帯 12～14時は避けよう！

子どもの体の70%が水分 脱水を起こしやすいので注意！

体温調整が十分発達しておらず、代謝が活発な乳児・幼児は脱水を起こしやすいので注意が必要です。



○脱水になりやすい条件

- ・汗をたくさんかいている
- ・喉が痛く水分取れない
- ・食欲がない（水分も取れない）
- ・嘔吐・下痢している

○脱水にならないために

- ・外出前から、前もって少しずつ水分を取る
- ・塩分を取るよう食事にみそ汁やスープを加える。

※子どもはのどが渇いていても自分で言えないので、保護者が積極的に飲ませるようにしましょう。

○脱水のサイン

- ・おしっこの量が少ない（色が濃い）
- ・汗をかかない
- ・唇や皮膚が乾燥している。

→ 経口補水液など少しずつ飲ませる

○脱水が進行すると・・・

- ・顔色が悪い
- ・ぼーっとしている。元気ない
- ・体温が上がり、皮膚が冷たくなる。

【8月7日は鼻の日】

茨城県の筑西市にある鉄道の踏切に、昔からある耳鼻咽喉科の目立つ看板があります。

耳鼻咽喉科の横に昔からふりがながついていました。

「みみ、はな、のど、せき」と書いてありました。

何年か前から「アレルギーとめまい相談」と付け加えられていたのです。

8月7日は「鼻の日」とありましたが、耳鼻咽喉科もこの世の中の多様なニーズに

応えなければならない時代になったのだと思い知らされました。

私たち保育園の世界でも「0歳児保育」は当たり前に入れ、今は「発達の気になる子」の利用がとて増えています。

ダイバーシティ（人種・文化・言語などの）多様性の包括的ケア 医療的ケア児の治療保育も認められています。

それよりもマルトリートメントと言われる「不適切な養育」を受けた子どもたちを療育（治療教育）エデュケーションアンドケアすることも求められているのです。

私たち（社福）童心会の保育は14年目を迎え、時代に先がけて

「人間学と人間科学に基づく人間教育」を目指してきました。

先輩のOBたちが各市内の学校で活躍している様子を見聞きする度に

私たちの人間教育は間違いではなかったと確信しているのです。

社会福祉法人 童心会

理事長 中山 勲

