



令和7年9月19日
江東めぐみ幼稚園

めぐみほけんだより9月号

夏が過ぎましたが、まだまだ暑さが続いています。気温に注意しながら、運動会の練習も始まります。夏の疲れが出てくる頃なので、しっかり睡眠をとるようにしましょう。

子どもの事故を防ぐヒントは「ヒヤッと」にあり！

子どもがケガをしそうで「ヒヤとした」ときこそ、次の事故を防ぐチャンスです。「無事でよかった」と済ませるのではなく、なぜヒヤとしたのかを見直してみるとよいです。

① 「ダメ!」「危ない」は“そこが危険”のサイン

子どもを叱って制止するよりも、ものの置き場所をかえるなど、子どもが安全に過ごせるよう環境を整えてみましょう。



② 一度あれば二度、二度あることは三度ある

危ないと思ったら、必ず理由や経緯を考えましょう。原因が分かれば対策が取れます。対策をしないと、大きな事故につながる危険がそのままに。



③ 大人も一緒にやってみる

子どもが過ごす場所が安全かどうか、子どもの目の高さでチェックしてみましょう。遊具やおもちゃは、一緒に遊んで正しい使い方を示します。



汗をたくさんかきましょう！



いつも冷房の効いた室内にいて汗をかく機会が少ないと、汗腺が働かなくなって汗をかきにくい体になってしまいます。

汗には、体温を調節する大切な役割があります。

働く汗腺の数が決まるのは、3歳までと言われています。

小さい頃こそ、たくさん体を動かして汗をかくことが大切です。

★汗を放っておかない★

あせものを防ぐには、汗や、汗に含まれる塩分などを洗い流すことが大切です。汗をかいたら濡らしたタオルで拭く、シャワーを浴びさせるなどで汗を取り除きましょう。



引き続き、虫よけ対策を

気温が下がってくると、蚊の活動も活発になってきます（気温 25～30℃あたりを好むようです）。

引き続き、虫よけを適切に使ったり、肌をできるだけ覆ったりして虫を寄せ付けない工夫をしましょう。

虫刺されをかきむしると、とびひに移行してしまうこともあります。

ひどい場合は早めに小児科や皮膚科で相談するのもよいです。