



# 巨理町

## 子育てサポーター だより

夏号 平成26年8月 No.136

発行：子育てサポーターらびっと

事務局：巨理町生涯学習課

34-0510



### 熱中症に注意!!

#### ●熱中症とは？

暑さの中で起こる体調不良の総称です。

全身のだるさ・けいれん・立ちくらみ・頭痛

・吐き気などが起こります。

重症になると高体温（からだに触れると熱い）

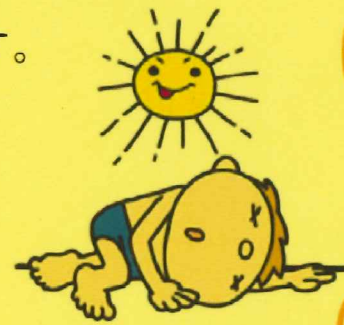
・意識障害等を伴い命に関わります。

#### ●予防が大切!!

暑さをさけよう

水分補給を習慣に

こういう人は気を付けて



高齢者、乳幼児、肥満傾向の人、体調の悪い人、

避難所・仮設住宅におられる方等は、室内の温度管理に気を付けよう

#### 熱中症?と思ったら

○涼しい場所で衣服をゆるめ、体を冷やします

○足を高くして寝かせます

○水分を補給します（スポーツドリンクや0.1～

0.2%食塩水など）

○吐いて水分を摂れなかったり、意識がもうろうと

したりするときは救急車を呼びます

宮城県 HP より

### ピープル・ツリー

場所：中央児童センター

時間：10:00～11:50

内容：自由に遊んだり、絵本や紙芝居、工作をしたりする時間もあります

対象者：子育て中の方どなたでも

開催日： 9月 5日（金）

10月 3日（金）

11月14日（金）

12月 5日（金）

\*申し込みはいりません\*

～～自由に遊びに来てね～～

★ピンクのエプロンをした子育てサポーターが待ってま～す★



### 3歳児の世界学習講座 おひさまサロン

9月19日（金）29日（月）10月17日（金）

\*今年3歳になるお子さんと保護者の方が対象です。詳細

は、対象の皆様にご案内を差し上げますので確認ください。

お友達を誘って、ぜひご参加下さい。

\*毎回、楽しい企画でお待ちしています。

\*この機会にお友達を作ろう!!

### 子育てサポーターのおすすめ本

#### 「ゆかいなかえる」

福音館書店



ジュリエット・キープス 文・絵 いしい ももこ 訳

春、魚に食べられなかった4つの卵がおたまじゃくしになり、かえるになりました。もぐったり、泳いだり、楽しんだり。時には、さぎやかめから食べられないように逃げまわります。夏中遊んだかえるたちも、雪の冬がくると眠ります。