



広場オープンデー
 月曜日～金曜日
 (午前) 8:30～11:30
 (午後) 14:00～16:00
 ※午後は育児相談を随時受け付けています。まずはお電話を…。

月	火	水	木	金
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
15 敬老の日	16 クッキング予約開始	17 ヨガ	18 折り紙教室予約開始 お誕生会 運動会ごっこ予約開始	19
22	23 秋分の日	24 アロマ講座予約開始	25 おとなの折り紙教室	26
29	30 簡単クッキング			

子どもの体の70%が水分 脱水を起こしやすいので要注意!

体温の調整機能が十分発達していないにも関わらず、代謝が活発な乳児・幼児は、脱水を起こしやすいので、特に注意が必要です。

脱水になりやすい条件

- 汗をたくさんかいている ● のどが痛く、水分がとれない
- 食欲がなく、水分もとれない ● おう吐や下痢をしている

脱水にならないために

- 外出前、遊ぶ前から、前もって少しずつ水分をとる
- 汗をたくさんかくと塩分も排出されるので、食事におみそ汁やスープなどを加える

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

初期の脱水のサイン

- トイレに行く回数や、おしっこの量が少ない (おしっこの色が濃い)
- 汗をかいてない
- 唇や皮膚が乾燥している

脱水のサインが見られたら

- 経口補水液 (またはスポーツドリンク) を少しずつ飲ませる
- ※経口補水液は脱水症状が見られたときに飲むものなので、日常の飲料として使用すると塩分・糖分のとりすぎになるので注意しましょう。

脱水が進行すると

- 顔色が悪い
- ぼーっとして、元気がない、ぐったりしている
- 体温が上がる、逆に皮膚が冷たくなる

おとなの折り紙教室 5組

時間 : 10:30～11:00

預かり保育付きです。簡単に作れるキャラクターの折り方を紹介します。作品プレゼントも♡

ヨガ 5組

時間 : 10:00～11:00

預かり保育付きです。1人時間で身体も心もリフレッシュしませんか？

冴子おばあちゃんの簡単クッキング 3組

時間 : 14:00～15:00

預かり保育付き。今回は「オートミールクッキー」を作ります。3組限定

給食体験 毎週火曜日 (1組限定)

時間 : 11:00～11:30

持ち物 : エプロン

料金 : 大人・子ども 各350円

※離乳食・アレルギー食には対応できません。

9月 お誕生会

「おたんじょうび おめでとう!!!」

時間 : 10:00～

予約開始 : 9月1日(月)～随時受付

対象 : 9月生まれの未就学児

育児相談

保育園には保育士だけでなく看護師・栄養士もいます。子育てのお悩み、心配事などお気軽にご相談ください。

時間 : 14:00～16:00

※感染症の状況などにより、延期または中止になることもあります。詳しくはにこにこ通信やHP、ポスターなどでご確認ください。

玉川上水保育園
 子育て広場事業
 042(566)8670