



暑い夏。しっかり汗をかくことも大事です!

子ども達の体温調節のちからは、3歳ごろまでに完成すると言われています。

冷暖房の効いた環境ばかりにいると、汗腺の開きが悪く、気温変化に対応できなくなるそうです。暑い夏でも、涼しい時間帯を選んで外で思いっきり体を動かして遊んだり、お風呂で体を温めたりして、汗をかく機会をもちましょう。



スタッフおすすめ

◆ママ向け絵本◆

★Today

訳者：伊藤比呂美



★Mamiversary ママ

作：むろそのくみ・まなべなほ



あせもについて

梅雨から、夏にかけて乳幼児に発生しやすいあせも。しかし、服の着せすぎ、暖房のききすぎにより冬に起こることも意外と多いです。涼しく、通気性のよい環境に皮膚を保ってあげることが重要です。

なぜ子どもはあせもができやすいのでしょうか？

大人に比べて体温が高く、元気に動きまわる子どもはとても汗っかき。放っておくとあせもができてしまいます。汗をいっぱいかき、しかも汗腺の密度も高い子どもの肌は、あせものできやすい条件がそろっています。

～汗をかいたときの対応～

- 服を着替える
- お風呂で洗い流す
- 寝る前にはおしぼりなどで汗を拭き取る
- 子どもはかきむしってしまうので爪は短くする
- ひどくなる前に小児科医の診断を受ける
- 処方された薬はしっかり塗る

～あせもができたときの対応～

- 清潔を保ちつつ、薬を塗ってケアする
- 赤いプツプツが増えてしまったり、じゅくじゅくしてきた場合は皮膚科や小児科を受診しましょう
- 外出中、そして外出後のこまめなケアで、暑い季節を乗り切りましょう。

👉ポイント

1. 着せすぎ、温めすぎ、湿気すぎる環境を作らない
2. 暖房あてすぎは体温が上がるので避ける





ふらこっこの子育て支援事業には、「島で交流」があります。毎年、『地島：ハイキング』と『大島：ミニ運動会』を行い、島に住んでいる親子と楽しく交流しています。

地島

神湊港から船で15分。
人口150人ほどの自然豊かな島です。

5月 『地島ハイキング』に行ってきました！

神湊港から船に乗って出発！



地島のお弁当が手配してくれました



海はひろいな～♪



さようなら～また会いましょうね～

<参加者の感想>

- 船に乗ったり、お散歩で大きなカタツムリを見つけたり、楽しい体験が出来ました。
- 親子で体を動かして、楽しく過ごせました。地島は、初めて来ましたが自然豊かですてきな所ですね！
- 最後まで歩くことが出来たこと、地島のお友達が待っていてくれたのを見て感動しました。本当に良い思い出が出来ました。

大島

神湊港から旅客船で15分・フェリーでは25分。
人口700人ほどで、福岡県で一番大きな島です。

～「神宿る島」宗像・沖ノ島と関連遺産群～

2017年7月、ユネスコ世界文化遺産に登録されました。

大島には、宗像大社中津宮と沖ノ島を遙拝するための沖津宮遙拝所があります。

次回の「島で交流」では、大島に行きます

○11月7日(木) おすすめ対象年齢 1歳半以上

船に乗って、お弁当を持ってみんなで一緒にお出かけしてみませんか？

親子で楽しい思い出ができますよ。

申込開始時期や詳細などは、お気軽にスタッフにお尋ね下さい。

