



# 9月の<sup>始</sup>だより

令和7年8月29日 高江こども園

9月は夏の疲れが出やすい時期です。また、朝夕の気温差による体の冷えからおなかを壊したり発熱したりすることもあります。睡眠と栄養をとり、体調管理に心がけていきましょう。「なんだかいつもと違うかな?」というちょっとした変化に目を向け、悪化しないように連携をとっていきましょう。

## ★9月の行事予定★

日	月	火	水	木	金	土
	1 身体測定 交通教室 サッカー (象)	2	3 体操教室 (象～象)	4 英語教室 (象～象)	5	6
7	8	9	10 避難訓練	11	12 まなび タイム(象)	13
14	15 休園 敬老の日	16	17 体操教室 (鳥～象)	18 英語教室 (象～象)	19 食育の日 (象)	20
21 高江マルシェ (センノオト)	22 サッカー (象)	23 休園 秋分の日	24 柳山芋ほり (象)	25	26 まなびタイム (象)	27
28	29	30				

## ★10月の行事予定★

11日（土）秋の親子1日遠足(番所丘公園)自家用車での参加となります。

16日（木）食育の日（お芋クッキング象）

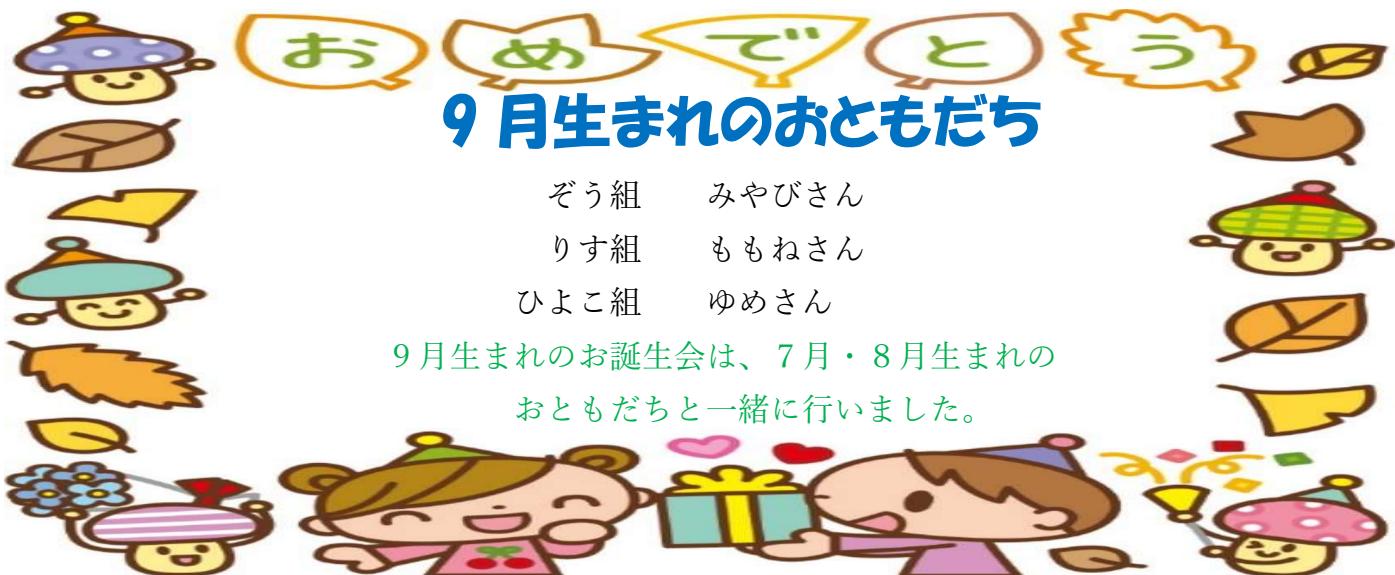
 **防災の日（9月1日）**

9月1日は「防災の日」です。園では、台風や地震、火事などの災害を想定して、定期的に避難訓練を行っています。災害への備えの必要性がますます高くなっていますので、おうちでも避難場所や連絡方法を確認し、防災グッズの点検をしておきましょう

**かぜの時にお風呂に入っても大丈夫？**

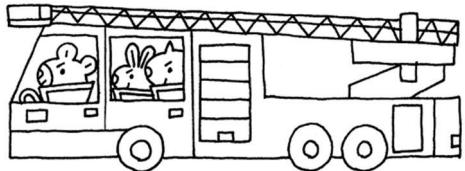
熱がなければ入っても大丈夫です。かぜの時のお風呂は、疲れを取るためではなく、皮膚を清潔にすることが目的なので、汗や汚れが取れれば十分です。体力の消耗を防ぐため、お湯の温度は上げ過ぎず、湯冷めしない環境をつくりましょう。お子さまが嫌がる時は無理にお風呂に入れるのはやめましょう。





## 9月9日は救急の日

### ケガにつながらない 備えをしましょう



家庭内で起こりやすい事故として、誤飲があります。煙草の吸殻・電池・薬等危険なものは子どもの手の届かない場所に保管することが基本です。また、お風呂での溺水も多く、バスタブに水はためないや浴室には鍵をかけるなどの対策が必要です。

自分の子どもの発育を知り、現在どれくらいのことが出来るのかをよく知らないことから事故は起こります。子どもはあっという間に大きくなり、歩きはじめ、走り、よじ登り、飛び上がり、全てのものに興味を持つようになります。この頃は一生のうちでも、最も怪我の多い時期です。

しかし、まだ自分で身を守ることはできませんから、保護者がいつも事故が起こりうることを忘れず、子どもを事故から守りましょう。

## 敬老の日

9月の第3月曜日は「敬老の日」です。「多年にわたり社会に尽くしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う日」として定められました。また、15日から21日までが「老人週間」とされています。おじいちゃん、おばあちゃんに感謝の気持ちを伝え、いっしょに楽しく過ごしてみるのもいいかもしれませんね。



## 秋は薄着の服装で

9月も後半になると肌寒く感じる朝が増え、ついつい子どもに厚着をさせたくなります。しかし、本格的な寒さを迎える前のこの時期に薄着の習慣を付けておけば、かぜを引きにくい体になります。外気を肌で直接感じることで自律神経が整い、病気への抵抗力が高まるからです。“大人より1枚少なめ”を目安に、薄手の衣服を重ねるなどして、じょうずな体温調節を行いましょう。

