

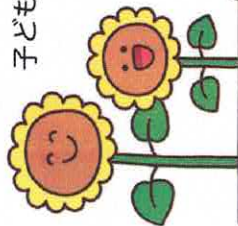


病児保育園 令和3年 8月号

セカモゲ通信

世界ちゃんとモゲル先生の元気なクリニック

8月に入り、気温は一気に急上昇！体が暑さに慣れていないので体調管理には十分に気を付けて、夏の休暇を楽しんでくださいな☆



子どもは地面からの熱の影響を受けやすいので、大人よりも

熱中症に対する注意が必要です。塩入りの飲み物を飲んだり、

室内温度の管理を行い

予防に努めましょう！

8月7日は鼻の日

鼻はおいをかぐだけでなく、いろいろな働きをします。

呼吸をする

鼻の中に入った空気が温められ、鼻毛で汚れをきれいにしてから肺に送り込まれます。

においをかく

においをかいで、危険から身を守ります。

声の色を出す

鼻がすっきり通っていると、声がきれいに響きます。

夏の水分補給

人は汗をかくことで、体温調節しています。体内の水分が不足すると、汗が出せず体温が上がってしまいます。特に子どもは脱水症状を起こしやすいので注意が必要です。こまめに水分補給を！

クイズ 正しい水分補給はどっち？

① 飲み方は？

- ① 1回にたくさん飲む
- ② 1回分は少なめに、回数を多く飲む

① 飲むなら？

- ① 炭酸飲料やジュース
- ② 水や麦茶

① 飲み方は？

- ① ②のどが濡れたら飲む
- ② ③のどが濡く前から飲んでおく

※このクイズは、夏休みの宿題として出題されています。正解は、②①②②です。

8月25日(水)～28日(土)

クリニック休診の為、セカモゲも休園となります。

ご迷惑をおかけしますが、ご理解の程よろしくお願いたします。

今月のお知らせ



1. 水分補給

大量に汗をかくと、脱水症状を起し、熱中症の原因にもなります。こまめな水分補給が心がけましょう。



2. 皮膚のケア

寝起きに汗を流してススキリと一日を過ごすのも良いですね！



3. 紫外線対策

外出時は帽子をかぶり、日傘を選んで過ごすようにしましょう。



4. 室温管理

高温・多湿など条件が揃えば、室内でも熱中症は起こります。こちらでは外気温との差を5度くらいまでに保てるよう心がけています。



7月のセカモゲ♪

夏といえは花火

…と、言うことで

セカモゲでも花火の製作をしました。外

ストローのタンポをポンポン押し割り

手型で大きな花火を作ったり

みんな「楽しい〜」「大きなのができたい」と大喜びでした！！

お祭りや花火大会は中止ですが

セカモゲには大きな花火が

打ち上がります！！



豆腐 DE 2人分
とろけるプリン

☆材料☆

- ・木綿豆腐…200g
- ・きなこ……大さじ1
- ・砂糖………大さじ1

☆作り方☆

- ①豆腐は軽く水を切り、ボウルに入れる。
- ②きな粉と砂糖を加え、ハンドブレンダーやミキサーを使って混ぜる。
- ③仕上げにきなこ（分量外）をまぶして完成！

※絹ごし豆腐で作るととろろの仕上がりになります。

※冷やしてから食べるとおいしさUP！



セカモゲ☆インスタグラム

セカモゲ☆HP

セカモゲ

病児保育園
〒500-8358 岐阜県岐阜市六条南2丁目8番20号
TEL058-216-3745 FAX058-216-3751



BYOJISEKANOCE