



地域だより第1号
令和8年6月
さいわいこども園

アジサイの花がきれいに咲き、雨の多い季節になりました。こども園の子どもたちは、合間を縫ってお散歩に出かけたり、晴れた日は園庭で、泥んこ遊びや水遊びを楽しんでいます。地域のお友達もこども園に遊びに来ませんか？これからの雨の日は遊戯室や保育室での遊びも考えています。お友達を誘ってぜひ遊びに来てくださいね。

梅雨に入り、ジメジメ、ムシムシした日が続いていますが、今回はこれから迎える真夏に向けて、赤ちゃんの熱中症対策を考えていきたいと思います。参考：日本スポーツ振興センター

私たちは、通常、気温や運動により体温が上昇した場合、体の表面から熱を逃したり、汗をかくことで体温を調節しています。気温や湿度が高い環境下にいることで、汗が蒸発しない、脱水で発汗不良になる等、体温調節のバランスが崩れて体温が上昇した結果、熱中症が発生します。体温が上昇しすぎると、身体の細胞に影響を及ぼしてその動きが低下し、脳などの大切な臓器の障害を引き起こします。

乳幼児は、体の特徴や機能が成長過程で未熟であるため、小学生や大人と比較して重症の熱中症が発生する可能性が高いです。正しく理解し、乳幼児の熱中症事故を予防しましょう！

赤ちゃんが熱中症になりやすい理由



赤ちゃんは体温調節機能や汗腺の働きが未発達で、体にこもった熱をうまく逃がせません。また、体重に対する体表面積が大きく、地面に近いためアスファルトなどからの照り返しの影響を受けやすいです。ベビーカーや車内など風通しの悪い場所ではさらに熱がこもりやすくなります。自分の体調を言葉で表現することが難しいため、大人による予防が重要ですね。