



# 南関町こども家庭

R8年7月号 (No.19)

# センターだより



できすい  
7月25日は世界溺水防止デーです

夏は特に水の事故が増える時期です。こどもは、溺れるとき声を出さず静かに沈み、経験した子の保護者の多くが「悲鳴や助けを求める声が聞こえなかった」といいます。  
乳幼児は、たった3cmの深さがあれば溺れる可能性があります。学童期以降のこどもは、プールや海、川といった場所で保護者の目の届かない瞬間も増えてしまうため、溺れた時の発見が遅れる可能性があります。

厳しい暑さが続いています、みなさんいかがお過ごしでしょうか。  
こども家庭センターでは、南関町の子育て支援について広く知っていただくために「こども家庭センターだより」を毎月発行し、子育て世代の皆さんへ役に立つ情報をお届けします。



## こどもが抱える熱中症のリスク

こどもは知らず知らずのうちに熱中症になっていることがあります(症状についてはR7.7月号参照)。大人との違い、こどもが抱える熱中症のリスク、特徴や行動を把握して、予防・対策をとりましょう。

### 熱中症に関するこどもの特徴

- ① **こどもは大人より暑さに弱い**  
特に汗をかく機能が未熟で、大人と比べると体に熱がこもりやすく、体温が上昇しやすいです。
- ② **こどもは周囲の環境を受けやすく、熱しやすく冷めやすい**  
こどもは体重に比べて体表面積が広い分、外気温の影響などを受けやすいといえます。
- ③ **こども自身では予防できない**  
こどもは遊びの楽しさに夢中になり、身体に異変が起きていても気づかないことがあります。また、自らの体調の変化を訴えられず、暑さ調節がうまくできないこともあります。



### 予防・対策

- 日ごろから、**栄養バランスのよい食事や適度な運動**を通して、暑さに負けない体づくりを。
- 普段から徐々に暑さに身体を慣れさせましょう。
- **通気性のよい服**を選ぶなど外出時の服装に注意し、**帽子**も忘れずに被らせましょう。
- 遊びの場所では定期的に**涼しい場所での休憩**と、**十分な水分・適度な塩分の補給**を。

こどもの様子を十分に観察しましょう。



### 車内の置き去りに注意!!

昨今車内に置き去りにされたこどもが熱中症で亡くなるという痛ましい事件が発生しています。  
特に**夏場の車内は短時間で高温になる**ため、こどもが車内に残されていた場合は非常に危険です。  
**車の中にこどもだけを残すことはやめましょう。**

こどもが車内に残された場面に遭遇したら、すぐに**警察と消防**に通報しましょう。

(こども家庭庁より一部抜粋)



### 身近にある水の事故を防ごう!

- **河川や海** : 急な天候の変化や転落の危険に注意△  
遊ぶときは**ライフジャケット**を忘れずに。
- **浴槽** : ほんの数秒と思える間でもこどもから**目を離さない**で。
- **プール** : 水深が浅くても要注意△  
**必ず大人が付き添い**を。

こども家庭庁・消費者庁より一部抜粋

### 溺水防止の考え方をチェック

- ☑こどもだけで水に近づかない、近づかせない工夫を。
- ☑こどもが水に接する場合は、大人は目を離さず、手の届く範囲で見守りを。
- ☑水に関する危険と対処法を学習し、事前の準備を。



## 産後ケア(通所型)を行いました!!

5月14日(木)に今年度初めての産後ケア(通所型)がありました。4組の親子が参加されました。熊本県助産師会の助産師を講師として迎え、ベビーマッサージを行ったり、育児相談や母乳ケアなど個別に応じたケアが実施されました。次回は7月9日(木)を予定しています。予約は下記のQRコードよりお願いします。

### 参加者のご感想

- 不安に思っていたことをお話しできてよかったです。
- 授乳の悩みなど丁寧に相談を聞いていただけで安心しました。
- 月齢が近いお友達やお母さんに会えてよかったです。
- 身体をほぐしてもらってスッキリしました。
- 子どもの体重が増えていてよかったです。



親子の写真をプレゼントしています。

### 7月の予定

#### 母子手帳交付(要予約)

毎週月曜日  
午前10:00～、午前11:00～  
※事前に予約をお願いします

#### 産後ケア(助産師会)

9日(木)午前9:50～  
※詳細は南関町ホームページ参照  
※予約は右記のQRコードからお願いします。



#### すくすく教室

21日(火)  
午前9:50～

#### のびのび教室

21日(火)  
午前10:15～

#### 1歳6か月児健診

なし  
※次回は9/8(火)

#### 3歳児健診

7日(火)  
午後1:00～

「お問い合わせ」 福祉課 こども家庭センター ☎57-8553