



はこでみだより



■熱中症対策

暑さが本格的になり、夏の訪れを感じる今日この頃。夏の暑さにも負けず、子ども達は毎日元気いっぱいにはこでみでの活動を楽しんでいます。しかし、この季節に心配なのが「熱中症」。

はこでみでも熱中症対策をしっかり行いながら、子ども達が安全に活動を楽しめるようスタッフ一同、努めて参ります。

熱中症になりやすい状態

- 寝不足のとき
前の日の疲れが取れず、体調が悪くなる原因になります。
- 朝ご飯を食べていないとき
寝ている間にかいた汗で足りなくなった水分や塩分が取れません。
- 下痢や発熱があるとき
下痢の時には体内の水分が減り、脱水症状を起こしやすくなります。また、熱がある時は運動することでさらに体温が上がるので危険です。

はこでみで行う熱中症対策

- 暑さ指数を見て外での活動を判断
環境省が出す暑さ指数（WBGT）を確認し、外での活動の有無や外での滞在時間、休憩時間を判断します。
- エアコンでの室温調整
室内ではエアコンでこまめに室温を確認し、調整を行います。
- こまめな水分補給の声掛け
屋外での活動はもちろん、室内活動の際も水分補給を行うようこまめに声掛けを行います。
- 熱中症の疑いがある場合の対応
すぐに涼しい場所へ避難し衣服を緩め体を冷却、水分・塩分補給を行います。

ご家庭でできる熱中症対策

- 十分な睡眠時間の確保
小学生に必要な睡眠時間は9～12時間と言われています。
- 朝ご飯を食べる
朝ご飯では、みそ汁やスープなどで塩分を摂ると良いです。
- こまめな水分補給
- 風通しの良い服装や下着の着用
- 外に出る時は必ず帽子を被る

気温(参考)	暑さ指数(WBGT)	熱中症予防的運動指針	
35℃以上	31以上	運動は原則禁止	屋外活動(建物の外での活動)は中止とする。
31～35℃	28～31	厳重警戒(激しい運動は中止)	屋外活動は30分以内とする。水分補給を15分に一度必ず取る。熱中症の危険性が高いので、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける。
28～31℃	25～28	警戒(積極的に休憩)	熱中症の危険が増すので、積極的に休憩をとり適宜、水分・塩分を補給する。激しい運動では、30分おきくらいに休憩をとる。
24～28℃	21～25	注意(積極的に水分補給)	熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する。
24℃未満	21未満	ほぼ安全(適宜水分補給)	通常は熱中症の危険は小さいが、適宜水分・塩分の補給は必要である。

※(公財)日本スポーツ協会「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」(2019)を参照に発達こともアカデミーでは上記の独自の基準を定め判断致します。

6月活動の様子



天拝校「音楽療法」



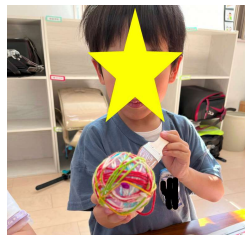
美しが丘校「餃子の皮でピザ作り」



とほうろ南校「ミニ田植え」



原田校「ペットボトルダーツ」



二日市南校「工作 コットンボール」



水城校「鯉のえさやり」



筑紫神社前校「9マス鬼ごっこ」



初めての音楽療法でしたが、子ども達も色々なことに興味を持ち、楽しんでいる姿が見られて良かったです。ありがとうございました。
小学1年女児



この前作った消臭剤は、トイレに置いてあります。みんなに嬉しそうにみせてくれました。
小学4年男児

おにぎりをいっぱい食べたからもういらないと夕食は軽めに終わりました。しかし、初めてふりかけ食べたとのことで嬉しく思います。次もしっかりチャレンジしてほしいです！
小学1年生女児

保護者さまからの声

アカデミーで将棋をしたのがとても楽しかったのか、今日アカデミーへ行くことをとても楽しみにしていました。「早く将棋がしたい」「アカデミーでまた将棋をするんだ」と嬉しそうに話していました。
小学4年男児

はこでみでの沢山の経験のおかげで苦手だったことも楽しめるようになってきたように思います。
小学5年男児

時間の使い方も自分で管理でき、予定も立てやすくなりました。宿題の苦手な分野も頑張っています。
小学3年男児



はこでみOT（作業療法士）監修 スキトレ（スキルアップトレーニング）

6月15日(土)実施

【ミッション】ひっかけ旗揚げゲーム
【ねらい】・ワーキングメモリの向上
・注意機能の向上
・情報処理速度の向上



・始めは言葉に惑わされたり、友達につられて間違ったりコツを掴むまで難しかったが最後まで諦めずにできた。
・程よい難しさなので長時間集中することができた。
・指示役の声を瞬時に聞き分けることができた。



- ①赤い旗と青い旗をそれぞれ持ち、出される指示通りに旗を上げ下げする。
- ②全員旗を降ろした状態から始め、指示役が「赤上げて」「青上げて」のように動作を指示する。
- ③ただし「〇〇、赤上げて」の〇〇の部分に「はい」「じゃあ」などの言葉があった場合、指示で動いてはいけない。

論語教育

はこでみでは未就学児を対象に、「論語の素読」を取り入れています。素読とは、意味がわかる・わからないは関係なく、声に出して読む江戸時代の学習法です。その言葉の持つリズムや響きを体感し、呪文や合言葉のように言葉遊び感覚で楽しんでいます。読解力や表現力の育成に力を与えてくれるのではないかと考えています。

今月の論語

「徳は孤ならず、必ず隣あり。」

意味：徳のある人は決して孤立しない。必ず理解し協力する人が出てくるものである。



親子読書のすすめ

お子様と一緒に楽しめる絵本や、保護者様が参考にしていただける書籍をご紹介します。



■美しが丘校
筑紫野市美しが丘南4丁目12-16
TEL:092-408-5991
FAX:092-408-5997

■天拝校
紫野市天拝坂6丁目15-9
TEL:092-555-9166
FAX:092-555-9167

■原田校
筑紫野市原田3丁目1-16
TEL:092-408-5278
FAX:092-408-5283

■とひろ南校（1組/2組）
太宰府市都府楼南3丁目4-26
TEL:092-710-3212
FAX:092-710-3314

■筑紫神社前校
筑紫野市原田1丁目5-8
TEL:092-555-8248
FAX:092-555-8258

■二日市南校
筑紫野市二日市南1丁目7-12
TEL:092-925-8611
FAX:092-925-8622

■水城校
太宰府市通古賀3丁目9-13 1F
TEL:092-408-7204
FAX:092-408-7205

【発達子どもアカデミーHP】

<https://hakodemi.jp>

QRコードからもご覧いただけます！

