

7月の ほけんだより

2022年7月1日(金)
ゆらりん港南保育園
看護師 新井千尋

今年は梅雨明けが早く、夏をたくさん楽しめそうですね。保育園でも今月はゆらりんまつりがあり、プール・水遊びも始まります。子どもたちは熱中症になりやすいので、健康管理に気を付けて、夏のイベントを楽しんでいきたいと思います。

熱中症と暑さ指数 (WBGT)



7月の保健行事

《身体測定》

5日(火) 0歳 7日(木) 1歳
8日(金) 2歳 12日(火) 3~5歳

《健康診断》

21日(木) 0、1歳
28日(木) 0、2歳



暑さ指数 (WBGT)	注意すべき生活活動の目安 ^(注1)	日常生活における注意事項 ^(注1)	熱中症予防のための運動指針 ^(注2)
31℃以上	すべての生活活動でおこる危険性	高齢者においては安静状態でも発生する危険性が大きい。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。	運動は原則中止 特別の場合以外は運動を中止する。特に子どもの場合は中止すべき。
28~31℃		外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。	厳重警戒 激しい運動や持久走は避ける。積極的に休息をとり、水分塩分補給。体力のない者、暑さになれていない者は運動中止。
25~28℃	中等度以上の生活活動でおこる危険性	運動や激しい作業をする際は定期的に充分に休息を取り入れる。	警戒 積極的に休息をとり、水分塩分補給。激しい運動では、30分おきくらいに休息。
21~25℃	強い生活活動でおこる危険性	一般に危険性は少ないが激しい運動や重労働時には発生する危険性がある。	注意 死亡事故が発生する可能性がある。熱中症の兆候に注意。運動の合間に水分塩分補給。

6月の感染症

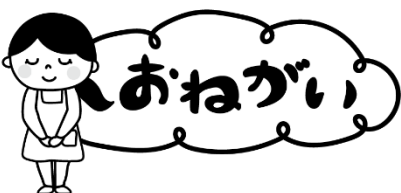
手足口病 1名

アデノウイルス感染症 1名

その他、6月の後半から発熱の症状がある子が多くいました。近隣の地域では、手足口病、アデノウイルス、RSウイルス、感染性胃腸炎などが流行してきているそうです。手洗いうがいを基本とした感染予防対策を継続していきましょう。

今年の夏も猛暑になることが予想されます。保育園では水分補給を十分に行い、熱中症に気をつけて夏の活動を行っていきます。熱中症対策の一つとして、環境省の「熱中症予防情報サイト」内の暑さ指数を参考にして外遊び・プール遊びの判断をしようと考えています。

暑さ指数とは、人体の熱収支に与える影響の大きい ①湿度、②日射・輻射(ひくしゃ)など周辺の熱環境、③気温の3つを取り入れた指標です。



・コドモンに「内服薬」を記入できる欄を設置致しました。朝や夕にご自宅で内服しているお薬がありましたら、薬剤名を記入してください。前日と同様の場合は、「前日と同様」と記入していただいても大丈夫です。

・プールや水遊びで肌が柔らかくなると、傷つきやすくなりますので、爪切りを忘れずをお願いします。切るのを忘れてしまった場合は朝の受け入れ時に爪切りを貸し出すこともできますので、職員にお声掛けください。