



ほけんだより

2021年7月号
ゆらりん豊四保育園
看護師 上根



梅雨明けが待ち遠しい毎日です。今年は、感染に注意しながら、プール遊びを行いたいと思います。まだ暑さに慣れていないため、元気そうに見えても、子どもたちは暑さや多湿で体力が奪われがちです。園においても熱中症予防や体調の変化に注意しながら、安全に、楽しくプール遊びを実施していきたいと思っています。



夏の熱中症予防と対処方法

気温が高くなる夏は熱中症の危険性も高まります。乳幼児は大人の2-3倍汗をかきといわれています。特にうまく言葉で言い表せない乳児は、喉が渇いてもそれを訴えることができません。脱水に十分注意して、こまめに水分補給をするように気をつけてください。

○ ~予防で大切なこと~

1. 子どもの異変に敏感になる
2. 外出時は照り返しに注意
3. 涼しい服装を選ぶ
4. 水をこまめに飲ませる
5. 日頃から適度に外で運動させ、暑さに慣れさせる
6. 絶対に、車内に子どもを置き去りにしない



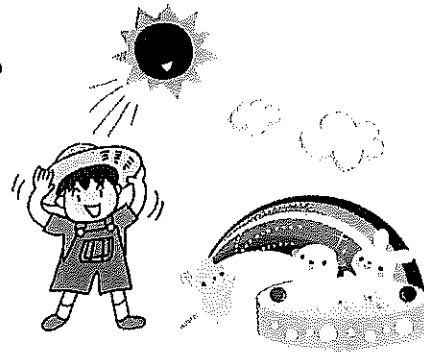
● 水分をあまりとりたがらない子どもには…?

離乳食や食事に水分が多めに含まれるものを選びましょう
例：夏野菜の素麺、寒天ゼリーなど。キュウリやトマト、などの夏野菜は水分を豊富に含みます。



● 熱中症かな?と思ったら…

- ・ 太い血管のある脇の下や首などを保冷剤や水で冷やす
- ・ 風を送ったり、涼しい場所に寝かせる
- ・ 冷たい濡れタオルで身体を拭く
- ・ 可能であれば水分、イオン飲料などで経口補水する



熱中症は軽度から重度まで様々あります。ぐったりした様子や、大量の発汗や高体温、少しでも意識状態がおかしい場合は迷わず救急車を呼んだり病院を受診しましょう。



お願い
 ・ 病気回復後に登園する際には、発熱の場合、平熱になり24時間経過してから、嘔吐、下痢の場合、感染症の可能性もある為、症状が治まって普段の食事が取れ、元気になってからの登園をお願い致します。
 ・ 水遊びも始まりますのでお子様の体調、皮膚状態の観察もお願い致します。
 ・ 傷口から血液や浸出液が出ている場合は、水遊びを控えさせていただきます。
 保護者様のご理解、ご協力をお願い致します。

虫除けパッチについて
 虫除けパッチの使用は基本的に園内では推奨していません。特に乳児の場合は誤嚥などの危険性がありますので、貼付しての登園は避けて下さい。



0歳児健康診断のお知らせ

7月15日(木)
13:00~予定です

