



8月のほけんだより

令和4年8月発行
五日市すみれこども園



今年は梅雨明けも早く、暑い日々が続いています。園では、暑さ指数を確認しながらのプール遊びや水遊びを行っています。初めてのプール遊びを満喫している子どもたちの姿を見ると、こちらまで楽しくなります。熱中症予防のため、細かな水分補給も行っています。子どもたちがすぐに水分補給できるように。水筒を忘れず持参してくださいね。

＜8月の健康目標＞

- 夏の遊びを元気に楽しむ
- 鼻を大切にする

＜7月の感染者情報＞

- コロナウィルス感染症…4名
- 手足口病…10名
- RSウィルス…1名

＜お知らせ＞

8月に入ると、35℃を超える日が多くなると予測されています。暑さ指数によっては、外遊びができない日も出てくると思います。

熱中症

本格的な夏がやってきました。ポイントに気を付けて暑い夏を乗り越えましょう！！

熱中症予防行動のポイント

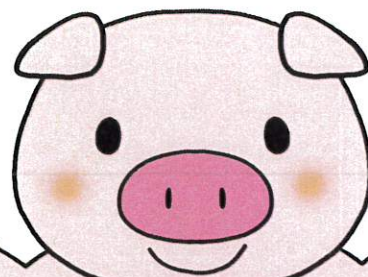


- 夏期の気温・湿度が高い中でマスクを着用すると、熱中症のリスクが高くなるおそれがあります。このため、屋外で人と十分な距離（少なくとも2m以上）が確保できる場合には、熱中症のリスクを考慮し、マスクをはずすようにしましょう。
- マスクを着用している場合には、強い負荷の作業や運動は避け、のどが渇いていなくてもこまめに水分補給を心掛けるようにしましょう。また、周囲の人との距離を十分にとれる場所で、適宜、マスクをはずして休憩することも必要です。
- 新型コロナウイルス感染症を予防するためには、冷房時でも換気扇や窓開放によって換気を確保する必要があります。この場合、室内温度が高くなるので、熱中症予防のためにエアコンの温度設定をこまめに調整しましょう。
- 日頃の体温測定、健康チェックは、新型コロナウイルス感染症だけでなく、熱中症を予防する上でも有効です。体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養するようにしましょう。
- 3密（密集、密接、密閉）を避けつつも、熱中症になりやすい高齢者、子ども、障害者への目配り、声掛けをするようにしましょう。

コロナウィルス感染症拡大防止の為のお願い

皆さんご存じの通り、7月の中旬頃より、コロナウィルスが爆発的に再拡大しています。5歳までの子どもは予防接種ができません。子どもたちを守る為にも、以下の3点をお守りください。

- ①発熱（37.5℃以上）や呼吸器症状が見られる時には、登園を控えてください。
- ②発熱後は、**解熱後24時間経つまで**登園を控えてください。
- ③家族が発熱した場合も、もしもの事を考えて一緒に休んでいただくと助かります。



鼻の日

8月7日は「鼻の日」です

鼻の役割とは…？

- 呼吸をします。
- 鼻に入った空気からほこりを取り除き、肺に空気を送ります。
- においをかぎます。

鼻を大切に！

鼻をかむ時は片方ずつ静にかみましょ。両方を同時にかむと耳を痛めます。また、鼻の穴に物を入れないように注意ましょ。