



7月のほけんだより



令和4年7月発行
五日市すみれ保育園

早いもので、今年はまだ梅雨が明けてしまいました。梅雨が明けると、今度は本格的な夏がやってきます。昨年同様、今年も異常な暑さの日が続き、熱中症が心配な毎日になってきます。水分補給に気を付けながらも、涼しい時間帯での外遊びを行い、暑さに負けない体づくりを心がけていきましょう。

＜7月の健康目標＞

夏の遊びを元気に楽しむ

＜6月の感染症情報＞

コロナウィルス・・・1名
嘔吐下痢症・・・11名

＜麻疹・風疹ワクチンについて＞

保育園は、妊娠している方の出入りが多い場所です。風疹・麻疹にならないために、1歳と年長のお友だちは早めに接種することを推奨します。接種したらご一報ください。

＜感染症予防をしましょう＞

手足口病・ヘルパンギーナ・プール熱が流行する時期がやってきました。毎日の手洗い・うがいを励行し、感染予防に努めましょう。少しでも症状があったら、早めの受診をお願いします。

手足口病に注意しましょう

症状

発熱することもある



てのひら、足の裏、口の中、おしりに、赤い発しんがある

下痢をすることもある

夏に流行することが多い病気。感染力が強いため、何度もかかる可能性があります。

口の中の水ぼうが痛むときは、プリンや野菜スープなどのどしめのよいものを。



治った後も、2～4週間くらいは便にウイルスがいます。おむつ替えの後、しっかり手を洗ってください。

かかってしまったら園をお休みしましょう。熱が下がって1日以上経過し、いつもどおり食事ができれば登園可能です。

プール・水遊びを行うにあたって

6月27日にプール開きがあり、保育園で初めてのプールを楽しんでいる子ども達の声が、毎日のように園庭に響き渡っています。楽しい時間ではありますが、事故が起こりやすい場所でもあります。

プールを楽しむには、万全な健康管理が必要です。少しでも調子が悪かったり、朝ご飯を食べていないとわかったときにはプール遊びはできません。また、監視の配置が十分に行えない場合、急遽プール中止となることもありますので、ご了承ください。



熱中症

熱中症は、日射病、熱射病などの総称です。日射病は、戸外で強い直射日光にさらされることが原因で、熱射病は室内でも気温の高い場所に長時間いたために起こることが原因です。



子どもの熱中症を防ぐポイント

- 顔色や汗のかき方を十分に観察しましょう
- 適切な飲水行動を学習させましょう
- 肩まで隠れる、吸湿性、吸水性に優れた衣服を選びましょう。
- 日頃から暑さに慣れさせましょう
- 屋外では帽子をかぶせましょう

なぜ子どもは熱中症になりやすい？

子どもは体温調節がうまくできず、温度変化の影響を受けやすい、また衣服の着脱も水分補給も一人で行うのが難しいため、容易にかかりやすいのです。

車や家の中でも熱中症になります
特に車中では、気温が高くなくても高温になるので、子どもを一人にするのは絶対に避けましょう。

＜熱中症予防情報＞

環境省では、熱中症を未然に防止するため、「環境省熱中症予防情報サイト」で各地の暑さ指数（WBGT）の実況値・予測値等の情報提供を行っています。一度検索してみてくださいね！

☆環境省熱中症予防情報サイト (<http://www.wbgt.env.go.jp/>)

