



保健だより

2020年7月

社会福祉法人 清和会
認定こども園みなみ保育園

梅雨明けとともに日差しが強くなり、暑い暑い夏がやってきます。子ども達の大好きな水遊びの季節です。暑さのため食欲が落ちたり、睡眠不足になり、体調を崩しやすくなります。夏を十分に楽しみながらも健康管理には気をつけて、暑い夏を元気に過ごしましょう。

新型コロナウイルス感染症 予防策

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、下記の通り継続しています。

★検温

登園時、給食前、午睡後に体温測定を行っています。

37.8℃以上の熱がある場合には、早めのお迎えをお願いします。

★手洗い

流水と石鹸による手洗い後、アルコール消毒液で手指の消毒をこまめに行っています。

★咳エチケット

登園する際は、園児(2歳児以上)及び保護者の方は、マスクを着用して下さい。園庭で遊ぶ際には、熱中症予防のためマスクを外しています。

★園内の消毒

ドアノブや手すり、テーブル、椅子、遊具など、手に触れるものはアルコール消毒や次亜塩素酸を使用して拭いています。

★換気

各クラス、エアコン使用時も空気の入れ替えを行い、十分な換気を行っています。

気をつけよう！熱中症

〈予防〉

- ・外に出る時には、必ず帽子をかぶりましょう。
- ・外に出る時間帯、長さを考慮しましょう。
- ・水やお茶などこまめに水分補給しましょう。



〈症状〉

- ・体がだるい ・めまい、ふらふらする ・気持ちが悪い、吐きそう
- ・力が入らない、すわりこむ ・頭が痛い、がんがんする
- ・手足がしびれる、足がつる

〈応急処置〉

- ・涼しい所で休ませる…風通しのいい木陰で衣服やボタンを外す。
- ・水分補給…イオン飲料など少量の塩分が入った水分を飲ませる。
- ・体を冷やす…風を送ったり、首の後ろや脇の下、足の付け根などに冷たいものをあてる。

〈こんな時は救急車を〉

- ・意識がない ・水分補給ができない ・質問に答えられない
- ・唇、爪、皮膚が青紫(チアノーゼ)になっている

※熱中症予防のため、園庭にテントを設置して、水分補給、休憩をとっています。



夏にはやる病気

★ヘルパンギーナ…高熱と喉の痛み。特に喉には水疱や潰瘍が出来るため、かなり痛む。(乳児はミルクが飲めないほど)

★プール熱(咽頭結膜熱)…高熱と喉の痛みの他、目の痛み、かゆみ、充血など結膜炎のような症状が出る。

★手足口病…手のひらや足の裏、口の中に小さな発疹や水疱ができ、熱が出ることもある。

★とびひ(伝染性膿痂疹)…虫さされや湿疹をかきむしった所に菌がつき、水疱ができてどんどん広がってしまいます。患部をガーゼで覆い、早めに受診しましょう。

※気になる症状が見られたら、すぐに病院へ

