

7月 ほけんだよリ

令和5年7月1日 あいあい鳳保育園

雨雲の多かった梅雨が終わると、すがすがしい青空の広がる季節、暑い夏がやってきます。暑くなり始めの時期は、暑さに慣れておらず体調を崩しやすくなります。徐々に体をならして、元気に過ごしましょう。

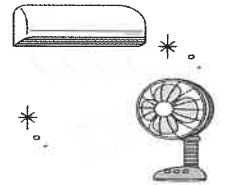
熱中症に気をつけましょう

乳幼児期は、大人より新陳代謝が活発で体温が高いのが特徴です。しかし汗腺の発達が未熟なため、うまく体温調節することができません。



顔が赤い、汗を大量にかいている こんな時は要注意。のどが渇いてなくても水分をとるようにしましょう。衣服も気候に合わせて選んでください。日よけつきのベビーカーでも照り返しの熱からは逃げられません。子どもを乗せたまま長時間、日なたに居るのは避けましょう。

こまめに水分補給を行い、エアコンや扇風機も利用し、換気にも気をつけ暑さ対策・感染症対策を行っていきます。



7月20日(木)プール開きを予定しています。

プール・水遊びのある日は、念入りに健康観察をしましょう。

- * 熱はありませんか? * 咳をしたり、鼻水が多かったりしていませんか?
- * おなかを痛がったり、下痢や便がゆるかったりしていませんか?
- * 結膜炎や中耳炎など、目や耳の病気ではありませんか?
- * 普段と様子が違うなど、病気にかかっている様子はありませんか?



夏に多い感染症

ヘルパンギーナ・・・高熱が出て、のどに小さな水疱がたくさんできる。

手足口病・・・口の中や手足に発疹が出る。熱がでることも。

咽頭結膜熱（プール熱）・・・高熱が出て、目が充血したり、涙が出たりする。

手洗い・うがい・十分な睡眠で予防に心掛けましょう。

こまめな水分補給をしましょう。症状がある場合は病院を受診してください。



虫さされに注意

蚊などに刺されたら、流水や水で冷やしましょう。痒くてひっかいてしまうと、とびひになってしまうことがあるので気をつけましょう。保育室内では液体蚊取を設置し、園庭に出る際も、蚊取線香を用いて予防しています。



6月感染症発生状況

- * ヘルパンギーナ・・・6名
- * 手足口病・・・1名
- * 突発性発疹症・・・1名
- * 溶連菌感染症・・・4名
- * ヒトメタニューモウイルス感染症・・・2名



今月の保健行事

- * 乳児身体測定(0~2歳児)
 - ・・・13日(木)
- * 幼児身体測定(3~5歳児)
 - ・・・12日(水)

