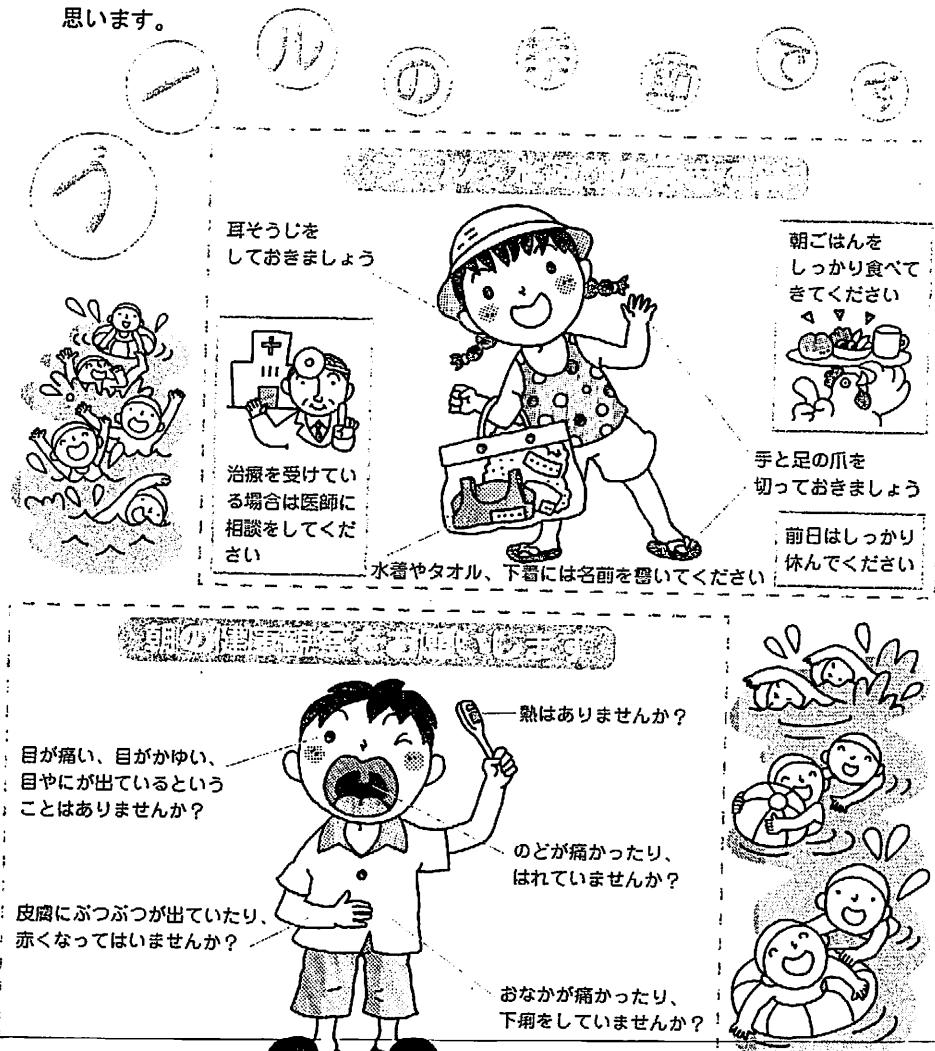


ほけんたより

太陽の子保育園 平成17年7月

じめじめとした梅雨が明けると急に暑い日が続くようになります。いよいよ「夏到来！」です。夏は子どもたちが大好きなプールや水遊びなど楽しい遊びがたくさんあります。健康に留意してみんな元気に参加してほしいと思います。



高温と水不足で起こる

熱中症にご用心

子どもは、大人に比べて体温調節の機能が未熟なため、外界の暑さに対して自分の体温をうまくコントロールできず、体の中に熱がこもって高熱や脱水症状を引き起こします。

□囲□囲 **自射病・熱射病ではないのに** □囲□囲

- ★ 炎天下や強い日差しの中で遊ばせない。(午前11時～午後3時頃まで)
- ★ 水分はこまめに欲しがるだけたっぷり与える。
- ★ 外で遊ぶときは帽子をかぶる。水辺では頭に水をかける。
- ★ 車の中に子どもを置き去りにしない。

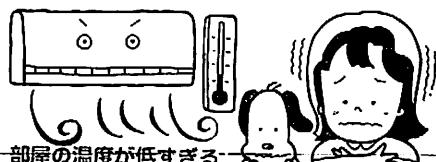
- こんな症状があつたら要注意
- ①急にぐったりして元気がなくなつた
 - ②からだが熱い
 - ③唇がかさかさに乾いている
 - ④顔色が青白い、不機嫌、なまくび
 - ⑤吐き気
 - ⑥けいれん(ひきつけ)
 - ⑦意識がない
- 重症

風通しのよい涼しい所へ連れて行くへ
うちわや扇風機で風を送りながら体を冷やす
水分を欲しがるだけ少しづつ飲ませる

国場合によっては救急車を呼ぶ

夏の注意事項

お子さんが快適に過ごせる
夏のために、こんなところに
気をつけてあげてください



高温の環境下で起こる全身の熱障害を総称して熱中症といいます。
日射病は、屋外で強い日差しに長時間あつたときに起こり、熱射病は、閉めきった暑い部屋や車の中に長時間いたときに起こります。炎天下で駐車場の車の中に放置された乳幼児が車内の温度が急上昇して起こる状態が熱中症の1症例です。

