



ほけんだより



太陽の子保育園平成24年7月

7月になり、気温がぐんぐん高くなってきましたね。7日は小暑、22日は大暑。文字を見るだけで、暑そうです。今年も「節電の夏」になりますが、子どもは、体温調節の働きが未熟で、大人より暑さの影響を受けやすいので、注意が必要。体調の変化に気をつけて、無理なく、元気に過ごしましょう。

0歳児健康診断
7月27日(金)
12時30分～

6月の感染症

溶連菌感染症
...1名

突発性発疹
...2名

プールOK? チェックリスト

子どもたちの大好きなプール。元気に楽しくあそべるよう、毎朝の体調チェックをお願いします。

熱は何度ですか?
37.5℃以上が、プールに入れない目安ですが、平熱は子どもによって違うので、ふだんの平熱を考慮して判断します。

食欲はありますか?
 前日、よく眠れましたか?
 目やにや充血はありませんか?
朝だけの目やには心配ないことが多いのですが、昼間も目やにや充血が見られるようなら、結膜炎のおそれもあります。

せき・鼻水は出ていませんか?
食欲がない、発熱などの全身症状がなければ、基本的には心配ありません。

皮膚に異常はありませんか?
傷やただれがあつて乾燥していない場合は、プールは避けたほうが良いでしょう。



つめを切って清潔に

つめが伸びていると、つめと指の間には菌が繁殖しやすくなります。また、乳幼児のやわらかい肌を傷つける危険性もありますので、つめは、こまめに切るようにしましょう。ただし、深づめには要注意! 切りすぎて肌を傷つけ、化膿してしまうこともあります。

1年のうちでも5~9月は紫外線の多い時期。外に出るときは、必ず帽子をかぶるようにしましょう。帽子は、つばが広く、通気性のよい素材のものがおすすめです。

帽子をかぶりましょう

食中毒に要注意

温度と湿度が高くなるこれから、食中毒が多く発生する時期です。お弁当は、当日の朝に十分加熱したものを入れ、熱いものと冷たいものはいっしょに入れないようにしましょう。また、お弁当箱は、熱湯消毒を心がけてください。

+ 応急手当て SOS ④ 熱中症

基本の手当て

- ① 涼しい場所に移動し、からだを冷やす。
- ② 水分をとらせる。

ここがポイント

- ★暑い日の外出時は、こまめに様子を見る。
- ★こんなときは、すぐに病院へ
- 皮ふが赤く、熱く、乾いているとき
- ぐったりしているとき
- 反応がいつもとちがうとき

