

ほげんだより 8月

太陽の子保育園平成24年8月

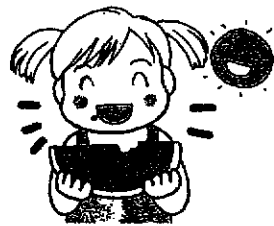
夏休みには、家族で出かける計画を立てているご家庭も多いと思います。

家族みんなが笑顔で過ごす時間が、子どもには、何よりの思い出になるものです。無理のない計画で、元気に過ごし、楽しい思い出を持ち帰って下さいね！

0歳児健康診断
8月24日(金)
12:30~

7月の感染症
マイコプラズマ肺炎
.....2名
他、急な発熱で早退やお休みをする子がいました。

つめたいもの
たべすぎに
ちゅうい!!



すこしだけなら...

すずしくなって、
げんきがでるよ。

たべすぎると...

冷たいものとり過ぎは、
胃腸の働きを弱め、食欲
低下や下痢の原因となる
だけでなく、糖分のとり
過ぎにもつながります。

おなかが いたくなったり、
ごはんが おいしく
たべられなくなったりするよ。



日射病・熱射病の予防

- ①屋内外に出るときは必ず帽子をかぶりましょう。
- ②長い時間炎天下で遊ばないように日陰で休憩しましょう。
- ③日差しの強い時間の外出はなるべくさげましょう。
- ④水やお茶など適当な水分補給をしましょう。



楽しい旅行
楽しい夏の旅行は余裕をもち、子どもの状態に合わせて行きましょう。旅行後は十分休養をとりましょう。

!! 浅くても、危険です !!

小さな子どもの場合、身近な場所
=家庭の中にも、水の事故の危険が
潜んでいます。たとえば、お風呂や
洗濯機、家庭用のビニールプール。
子どもは大人に比べて頭の割合が大
きいので、のぞき込んだとき、頭か
ら落ちやすいのです。わずか10セ
ンチの深さの水でも、鼻や口がふさ
がり、おぼれる可能性があります。

- 浴室には、子どもが1人で入らないよう、外からかかるカギをつける。
- お風呂に残し湯をしない。
- 洗濯機の周囲に、踏み台になるようなものを置かない。
- 水遊びの最中は、そばを離れない。

もし日射病・熱射病になったら

体温を下げるようにします。冷たいタオルで体をふいたり、扇を送ったりします。戸外では日陰に行き、扇を高くして扇かせます。

高熱が続く、けいれんを起こす、水分補給ができない、意識を失っている...、このような症状があるときは応急処置をして、救急車を呼びか病院に行きます。また、意識があるのにぐったりしている場合も同じです。

+ 応急手当て SOS - ⑤ 虫刺され

基本の手当て

- ①きれいな水で、洗い流す。
- ②かゆみ止めの薬を塗る。

※こすったり、かいたりしないように。
かゆみが強い時は、冷やすのも効果的です。

ここがポイント

- ★つめを短く切っておきましょう。
- かきむしると、「とびひ」の原因に。
- ★野外では、虫の好きな甘いにおいに注意。
- おやつのは後は、手や口のまわりをきれいに。

子どもに合わせて

- 1 無理なく
- 2 早めに
- 3 忘れずに

水分補給と休憩は

急病への備えを