



7月のほけんだより

うのすまいほいくえん R2. 7. 3 担当おおばまさこ

つゆがあげると、いよいよ楽しい夏がやってきます。今年は、コロナの感染予防のため、夏でもマスクの着用が言われていますが暑い夏では、熱中症が心配されます。状況を見て使用するようにしていきましょう。また、水遊びの季節になりますが、みずいぼ、とびひ など、皮膚の病気や、結膜炎、中耳炎など目、耳、鼻の病気にかかっていたら、プールが始まる前に早めに治しておきましょう。

赤ちゃんの水分補給どうしたらいいの



大人に比べて子供は汗っかき。特に0～3歳児の頃は、新陳代謝がよく、おしっこの回数も多いので、たくさんの水分が必要です。のどが渴いても言葉で伝えられないこともあるので大人が気を配ってあげましょう。

水分補給のコツ



- ・水分は、吸収のよい湯冷ましや麦茶、番茶がおすすめです。
- ・お散歩の前後や、遊びの途中も忘れずに
- ・様子を見ながら少量をこまめにあげるようにしましょう。
- ・嫌がる時は無理をしないで、時間をおいて飲ませましょう。

「熱中症？」そのときに

子どもたちが大好きな夏ですが、熱中症には注意を。子どもに異変があったら、すぐに手当てをして重症化を防ぎましょう。



1 涼しい場所に移動する

風通しのよい日陰や涼しい室内に運んで寝かせ、服のボタンやベルトを外す。



2 体を冷やす

ぬらしたタオルで体をふき、うちわや扇風の風を当てて体にこもった熱を逃がす。

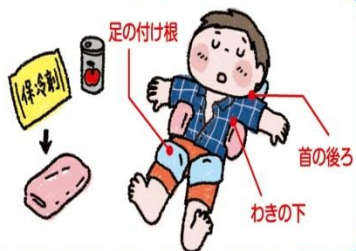


3 水分を少しずつ与える

麦茶や子ども用のイオン飲料などをひと口ずつ与える。一度に飲ませず、様子を見ながら。

- 冷やしたタオル
- タオルに包んだ保冷剤
- 冷えた缶ジュース

などを挟んで冷やすと効果的



注意！！

39℃以上の発熱があり、ぐったりして意識がないときは救急車を呼びます

歯科健診があります。

日時 7月15日 12時30分

担当医 早崎歯科医院

早崎行雄先生です。

問診票の記入をよろしく

おねがいします。当日は、歯をみがいてきてくださいね。



内科健診が終わりました。

全員終了しました。みなさまのご協力ありがとうございました。

特に健康面での指摘はありませんでした。



嘔吐や下痢など症状があったときは、お家で様子を見るようにご協力をお願いします。その後の子供の体調の変化、食欲の様子、くり返し嘔吐下痢の症状がないか観察し、対応の判断に困ったときは、かかりつけ医に相談するか受診をしましょう園にも状況をお知らせください。

