



ほけんだより



令和元年 7月
玉島保育園

蒸し暑い日が続き、体力の消耗が激しい時期です。家族みんなで早寝・早起き・朝ごはんをしっかり食べるなど、規則正しい生活を心がけましょう。冷たいものの取りすぎは、胃腸を冷やして消化機能が低下してしまい、食欲が落ちます。必要なエネルギーが摂取できなくなるので、注意してください。

6月には大阪府内でも大流行があった手足口病が、ひよこ・りす組で多くありました。また、高熱のでのる夏カゼの報告も多数ありました。園内では次亜塩素酸ナトリウムでの部屋の消毒、こまめな手洗いで対策しています。体調の変化に十分気をつけながら、元気に、暑い夏を乗り切りましょう。

プール遊びが始まります

子どもたちが大好きなプール遊びです。元気に楽しく遊べるよう、必ず毎朝の体調のチェックをお願いします。

※水いぼは、ラッシュガード等で覆いかくすようにしてください

※とびひや出血を伴う傷がある時はプールに入れません

※頭じらみは、髪の毛の接触で感染するため、プールに入れません



熱中症予防のポイント

天候

雨上がりで湿度が高く暑い日と気温 30℃以上ある時は要注意
子どもの休憩・水分補給は大人から声掛けを
→子どもは遊びに夢中になってしまいます

服装

通気性・吸湿性の良い素材で色のうすい服を着ましょう
→黒などの濃い色は熱を吸収しやすいです

地面

子どもは大人より低い位置にいるので地表の熱に注意

体調

胃腸炎・かぜなどにかかっている時は熱中症になりやすいです
特に子どもは体温調節機能が未熟なので要注意です

→十分な睡眠・食事をしっかりとりましょう

水分と電解質の補給

授乳中の子どもさんは母乳・ミルクで大丈夫です

幼児さんは麦茶・ほうじ茶・お味噌汁を

汗をたくさんかく時はスポーツドリンクも組み合わせると

いいですよ(糖分が多いので注意)

手足口病について

6月に、乳児クラスで多く発生し、全国的にも大流行している手足口病は、夏カゼのひとつで、手・足・口(口内炎)・おしりなどに発疹が出て、発熱することもある感染症です。熱がなく元気があり、口内炎がひどくなければ(普段の食事がとれる)受診後、医師の了解を得て登園申出書を提出してください。

園内で手足口病を疑う発疹を見つけた時には保護者の方へ連絡させていただきますので、降園後に小児科を受診してください。

とびひ(伝染性膿痂疹)

虫さされ・あせも・かゆみのある水いぼ・湿疹などを掻きむしった皮膚に、黄色ブドウ球菌などの細菌が感染することで発症します。

乾燥肌やアトピー性皮膚炎の子どもさんは、皮膚のバリア機能が低下しているため、とびひになりやすい状態です。肌を掻きむしらないよう、かゆみ止めを使用し、いつも爪を短く切っておき、清潔・保湿・スキンケアで、とびひを防ぎましょう。



7月のよてい

7月8日 (月) 4・5歳 身体計測

7月9日 (火) 2・3歳 身体計測

7月10日(水) 0・1歳 身体計測

