



ほけんだより 7月号



令和2年度
認定こども園さめ保育園
養護教諭 田中かず子

暑い日が続くようになり、熱中症が心配な時期となりました。体が暑さに慣れていない梅雨明けや急激に気温が上がった日は特に注意が必要です。普段からの外遊びで体を鍛え、喉がかわいていなくても水分をこまめに摂取するようにしましょう。

歯科検診のお知らせ

7月14日(火)12:30~

歯並び・かみ合わせ・あごの関節に異常はないか、虫歯はないか、はぐきが腫れていないか、などを診ていただきます。お休みしないようにしましょう！

園医（歯科）：こんどうファミリー歯科 近藤一也 先生

こどもは熱中症にかかりやすい！？

子どもは体温調節がうまくできず、温度変化の影響を受けやすい、また衣服の着脱も水分補給も一人で行うのが難しいため、容易にかかりやすいのです。

予防のポイント

- 肩まで隠れる、吸湿性、吸水性に優れた衣服を選びましょう。
- 水分補給は、電解質の入っている経口補水液などの飲み物を与えましょう。

園での服装について

基本的に動きやすく、体温調節のしやすい通気性・吸水性のある服装でお願いしております。汚れを気にせず遊ぶことができます。

ひもや飾り、パーカーのフードは遊具や首にひっかかるなど、思わぬ事故の原因となります。ひらひらしたズボンは誤って踏みつけ転倒したりします。

ご協力をお願いいたします。



夏に多い感染症

ヘルパンギーナ

突然の高熱と喉の痛み、口の中の水ぼう、口内炎が特徴です。症状が軽ければ1~4日くらいで解熱します。解熱していて飲食ができていれば登園できます。



手足口病

手の平、足の裏、口の中に水ぼうができて、発熱することもあります。のど越しのいいものを与えましょう。全身症状が安定していれば登園できます。



ウイルス感染によって起こる病気です。他人への感染力も強いので、必ず受診をして医師の診断を受けましょう。

プール熱

プールで感染することもあり、高熱が3~5日くらい続き、喉の痛み、目の充血やかゆみなど結膜炎のような症状も出ます。食事は消化のよい物を食べましょう。**症状が消えた後2日が経過するまで登園できません。**

流行性角結膜炎

目が腫れ、充血し、普段より多く目やにや涙が出ます。周りの人への感染源となるので、タオルは共有しないようにしましょう。**主治医の許可がないと登園できません**

