



ほけんだよい7月号



令和7年7月
〇〇保育園
看護師 〇〇

園内では子ども達が願いをこめた短冊や七夕飾りで飾られた笹と共に賑やかな子ども達の七夕の歌声が響き梅雨のジメジメを吹き飛ばしてくれるようです。

梅雨の合間にみせる日差しも夏の到来を感じるようになり熱中症が心配な時期になりました。園では、温度湿度に十分注意をし、こまめな水分補給を行いお子さまの健康管理に気をつけてまいります。ご家庭でも十分に栄養や休息をとり疲れが残らないようご配慮をお願いいたします。また少しでも体調等気になることがありましたら、職員にお伝えください。

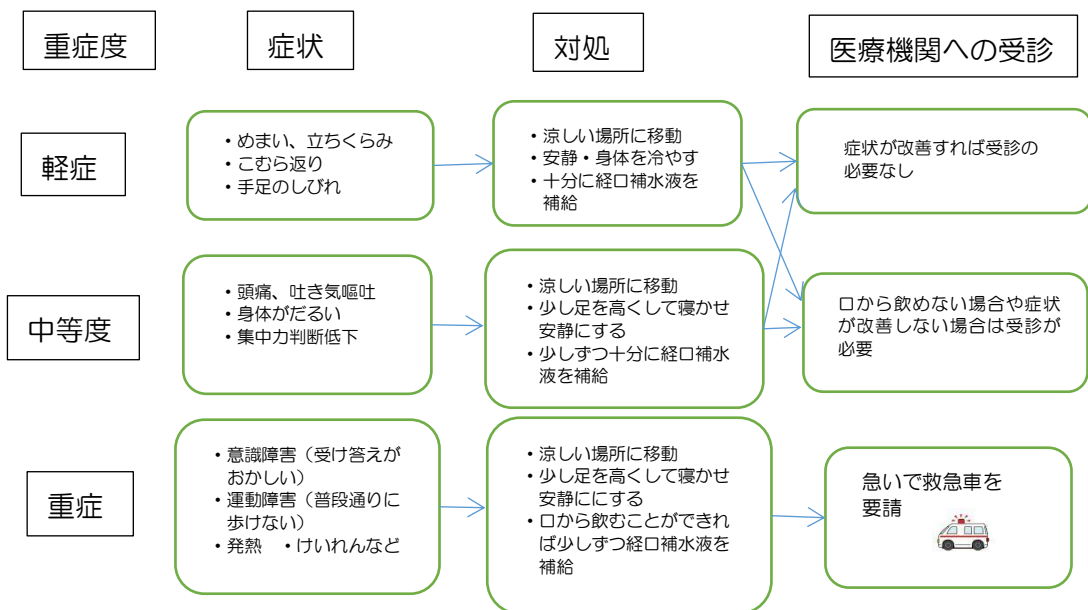


●熱中症に注意しましょう●



★夏の暑い日差しや高温多湿の気候は子どもの身体に大きな負担がかかります。なかでも心配なのは熱中症です。周囲の大人が正しい知識を身につけて安全に楽しく過ごせるようにしましょう。

＊熱中症の症状と対処＊



＊身体を冷やすときは、首の後ろやわきの下、足の付け根を冷やすと効果的です。外出中で保冷剤などない場合は冷たいペットボトルや缶ジュースなどで代用できますよ。

☀夏に多い感染症（登園届が必要です）

ヘルパンギーナ

症状：発熱、のどの痛み、のどに水泡ができる
潜伏期：2～5日
※主な症状が治まっても、咳のしぶきや鼻水、便からウィルスが4週間ほど排泄されますので注意しましょう。

登園基準：発熱がなく、
普段の食事がとれること。



手足口病

症状：手のひら、足の裏、口の中に発疹ができることがある。発熱することもある。
潜伏期：3～7日
※主な症状がおさまっても咳のしぶきや鼻水、便からウィルスが4週間ほど排泄されるので注意しましょう。

登園基準：発熱がなく、
普段の食事がとれること



●蚊にされた時の応急手当●

- ①刺された部分を水洗いする。
- ②かゆがる時は冷やす。虫刺されの薬を塗る。



まず「掻かないようにすることが大切」です。掻いてしまうと傷から菌が入り悪化することや、とびひになることもあります。掻いてしまう場合、またかきこわして浸出液や出血がある場合は、ガーゼや絆創膏などで保護していただけますようお願いいたします。

プールや海のなかでも熱中症に注意して

水の中にいると暑さを感じにくいですが、水のなかでもたくさん汗をかいています。

汗でいつの間にか脱水をおこしていたり、また外気温に加えて水温も高くなると湿度100%の水の中では体の熱が逃げにくく熱中症を発症する可能性が高くなります。
子どもは遊びに夢中になって、自分の体調の変化を感じにくいので、こまめに休憩や水分補給を促しましょう。

