



ほけんだより 8月号



平成29年8月1日
ひまわり保育園

猛暑が続いています。子どもたちは暑さの中でも夢中になって遊ぶので、水分の補給には十分に気を配りましょう。また、遠出される方も多いと思います。体調やけがに気を付けながら、楽しい夏の思い出をつくりましょう。

夏の過ごし方



プール遊びやどろんこ遊び、虫採りなど、夏ならではの遊びを満喫している子どもたち。たくさん体を動かした後は、モリモリご飯を3食きちんと食べて、しっかりと睡眠をとりましょう。また、暑いからといってクーラーのついた部屋で1日中過ごすのではなく、午前中の涼しい時間帯などを使って、当園ではできるだけ外で体を動かすようにしています。できるだけ自然の風に触れるようにし、クーラーの風に当たりすぎないようにしましょう。

クーラーを使用する時期となり、冷やし過ぎなどによる寝冷えが増えています。クーラーや扇風機は様子を見ながら止めるようにしましょう。また、パジャマは汗を吸収しやすい綿やタオル地の物を着せましょう。当園でのクーラーの設定温度は、状況に応じて27～28℃程度で使用しています。



海へ行く時は…

日焼け止めをつけ、ビーチパラソルなどを使用して、直射日光に当たらないようにしましょう。砂浜では足の裏をやけどしないようにビーチサンダルを履かせるようにします。また、水の中に入っている間も体の水分は奪われるので、こまめに水分補給を行いましょう。



3

病児からのお知らせ

園ではこれまで、打撲傷等の処置時に冷えピタを常時使用していましたが、傷あとには、市販薬のアットノン塗布へ変更致します。

手足口病

全国的に手足口病が流行しています。当園では今現在、手足口病の子は出ていませんが、十分に注意が必要です。

乳幼児の間で流行するウイルス性の夏かぜの一種で、飛沫感染します。手足や口の中に水ほうや赤い湿疹が出るのが特徴で、ひざやお尻に出ることもあります。症状は3～5日で治まりますが、その後も2～4週間は便からウイルスが出るので、周囲の人に感染しないように注意しましょう。

ウイルス性のかぜのため抗生物質は無効で、自宅療養での自然治癒を待ちますが、発熱や嘔吐がある場合は症状を緩和する薬を医師に処方してもらいましょう。

