



令和6年7月1日 あいあい鳳保育園

まだまだ雨曇が多く、天気の間をみて外遊びをしています。7月に入っても雨の多い日が続きますが、日によっては真夏日といった日も多く、梅雨明けしたかのような猛暑日の日もあります。暑くなり始めの時期は、暑さに慣れておらず体調を崩しやすくなります。生活リズムを整えて、元気に過ごしましょう。

**熱中症に気をつけよう**

乳幼児期は、大人より新陳代謝が活発で体温が高いのが特徴です。しかし汗腺の発達が未熟なため、うまく体温調節することができません。日よけつきのベビーカーでも照り返しの熱からは逃げられません。長時間、



日なたに居るのは避けましょう。衣服も気候に合わせて選んでください。エアコンや扇風機も利用して、暑さ対策しましょう。

顔が赤い、汗を大量にかいている こんな時は要注意。

寝ている間も寝汗などで予想以上に水分を失います。

こまめに水分補給を。意識して水分をとるようにしましょう。



7月17日(水)プール開きを予定しています。

プール・水遊びのある日は、念入りに健康観察をしましょう。

- \*熱はありませんか？
- \*咳をしたり、鼻水が多かったりしていませんか？
- \*おなかを痛がったり、下痢や便がゆるかったりしていませんか？
- \*結膜炎や中耳炎など、目や耳の病気ではありませんか？
- \*普段と様子が違うなど、病気にかかっている様子はありますか？



**※ラッシュガードを着用される場合は、フード無しを使用して下さい。また、水泳帽は、翼なしでお願いします。**

**夏に多い感染症**

ヘルパンギーナ・・・高熱が出て、のどに小さな水疱がたくさんできる。

手足口病・・・口の中や手足に発疹が出る。熱がでることも。



咽頭結膜熱（プール熱）・・・高熱が出て、目が充血したり、涙が出たりする。

手洗い・うがい・十分な睡眠で予防に心掛けましょう。

こまめな水分補給をしましょう。症状がある場合は病院を受診してください。



**虫さされに注意**

蚊などに刺されたら、流水や水で冷やしましょう。痒くてひっかいてしまうと、とびひになってしまうことがあるので気をつけましょう。保育室内では液体蚊取を設置し、園庭に出る際も、蚊取線香を用いて予防しています。



**6月感染症発生状況**

- \*ヘルパンギーナ・・・2名
- \*手足口病・・・4名
- \*突発性発疹症・・・1名
- \*溶連菌感染症・・・3名
- \*咽頭結膜熱（プール熱）・・・1名



**今月の保健行事**

- \*乳児身体測定(0~2歳児)・・・11日(木)
- \*幼児身体測定(3~5歳児)・・・10日(水)

