

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、天気の合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、



日なたにい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。エアコンや扇風機を利用して、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せんか？

※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、翼なしをお願いします。

### 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。

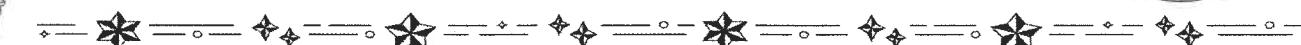


手洗い・うがい・十分な睡眠で予防に心掛けましょう。

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、流水や氷で冷やしましょう。痒くてひっかいてしまうと、とびひになってしまる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)

