

8月ほけんだより

令和5年度 8月号

育心こども園
美童保育園
発行:比嘉 崇

8月に入りました。夏真っ盛りです！プールや水遊びを楽しむ子ども達の楽しそうな声が園内中に響いていますよ。台風後はものすごく暑い日が続いています。今月は熱中症対策についてお知らせします。こまめに水分補給、休息をとり熱中症対策を行い安全に夏を楽しみましょう♪

「熱中症？」そのときに

子どもたちが大好きな夏ですが、熱中症には注意を。子どもに異変があったら、すぐに手当てをして重症化を防ぎましょう。



① 涼しい場所に移動する

風通しのよい日陰や涼しい室内に連れて寝かせ、服のボタンやベルトを外す。



② 体を冷やす

ぬらしたタオルで体をふき、うちわや扇風機の風を当てて体にこもった熱を逃がす。



③ 水分を少しずつ与える

麦茶や子ども用のイオン飲料などをひと口ずつ与える。一度に飲ませず、様子を見ながら。

- 冷やしたタオル
 - タオルに包んだ保冷剤
 - 冷えた缶ジュース
- などを挟んで冷やすと効果的



注意!!
39℃以上の発熱があり、ぐったりして意識がないときは救急車を呼びます

こまめに水分補給を!!

- ① ジュースよりも水か麦茶がおすすめです。
 - ② 1回分は少なめに、回数を多く飲みましょう。
 - ③ のどが渇く前に水分補給しましょう。
- ※子どもはのどの渇きに気付きにくいので大人が前もって飲ませてあげるようにしましょう。

7月の病欠報告

育心保育園

美童保育園

発熱...38名(計72日休み)

発熱...9名(計14日休み)

中耳炎...2名(計2日休み)

咳・鼻水...4名(計4日休み)

咳・鼻水...17名(計37日休み)

下痢・嘔吐...7名(計11日休み)

腹痛...2名(計2日休み)

楽しいプールあそびのために

子どもたちが大好きなプール遊びが始まっています。楽しく安全に遊べるよう、ご家庭で以下のことをお願いいたします。

- ① 毎日お風呂に入り、洗髪する
- ② つめは短く切る
- ③ 耳鼻科で耳掃除をする
- ④ 朝ごはんをしっかりと食べる
- ⑤ たっぶり眠る

※水いぼ、とびひなど皮膚の病気や、結膜炎、中耳炎などの目、耳、鼻の病気にかかっていたら、プールが始まる前までに治しておきましょう。

食中毒を予防しよう

食中毒が発生しやすくなっています。子どもたちの健康を守るためにも、この時期はご家庭でも、いつもより衛生的に過ごすように心がけてください。

予防のポイント

- ① 新鮮な食材を使う。調理してから時間がたったものは食べない
- ② 魚や肉は十分に火を通す
- ③ 賞味期限や冷蔵庫を過信しない
- ④ まな板や包丁などはために熱湯消毒や漂白剤で殺菌する
- ⑤ 調理前や食事の前、トイレの後にはせっけんで手指を洗う
- ⑥ 手指に傷がある場合はブドウ球菌に感染しやすいので注意する

