



ほけんだより

こども未来局
保育・子育て推進部

令和7年8月1日 下小田中保育園

7月は溶連菌感染症をはじめ、高熱やのどの痛みを伴う、診断のつかない「風邪」が幼児フロアを中心に流行しましたが、早めの受診や家庭でのケアのおかげで、重症にならずに元気に登園しています。

暑い日が続くと食欲がなくなったり、睡眠不足になりがちで体調を崩しやすくなります。週末も活動と休息のバランスをとり、よい生活リズムを保つように心がけましょう。

熱中症に注意！！

じょうずに予防しましょう



なるべく日陰の涼しい場所を選びましょう



休息と水分補給をこまめにとりましょう



服装は汗を吸いやすいもの、風通しのよいものにしましょう



帽子を必ずかぶり、つばの広いものを選びましょう

家庭での手当

- ・涼しい場所に寝かせ、衣服をゆるめる
- ・少量の水分を回数多くのませる
- ・湿らせたタオルで身体を拭き、扇風機を使ったり、うちわであおぐ
- ・首やわきの下、足の付け根に冷たいタオルを当てて、身体を冷やす(外出先では、冷たいジュースをはさんで手当するのも効果的)

こんな時は、すぐに医療機関へ

- ・唇が乾いている
- ・おしっこが少ない
- ・顔色が悪く、呼びかけに返答がない
- ・体温が40℃を超えている
- ・けいれんを起こしている

check!!

救急医療情報センター

044-739-1919

下小田中保育園の子どもたちは、水遊びやプールで、毎日楽しそうに過ごしています。お部屋に戻ろうと声をかけると「もっと水遊びしたい〜」というお子さんもいて、夏を満喫しているようです。思いっきり遊んだ後、着替えの時に服を脱ぐのを嫌がるお子さんがチラホラ。どうやら洋服のサイズが合わず、きついのが嫌だということがわかりました。サイズだけでなく、伸縮性の悪くなった肌着や洋服もお子さんにとってはきつく感じるようです。「自分でやりたい!」「一人で着れた!」など気持ちの成長もありますが、無理に腕を動かすことにより「肘内障」の危険もあります。メーカーやデザインでも大きさが変わるようなので、次回肌着や洋服を購入する際は、今一度サイズの確認をお願いします。



イラスト出典:メイト