



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 中丸子保育園

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。早寝早起きをして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。

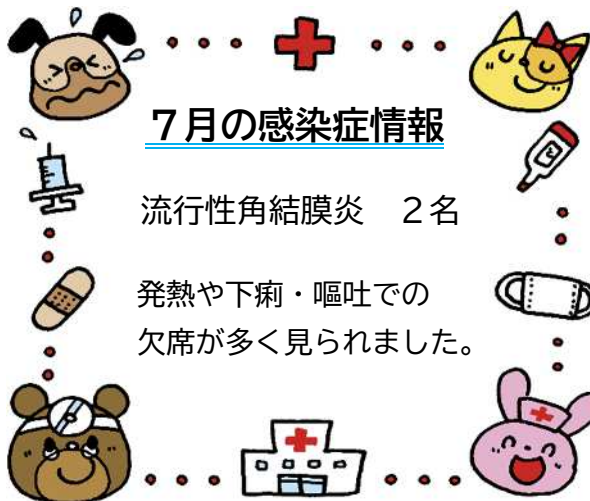


8月の予定

8月 7日 (木)
園医健診 (1・2歳児)

9月の予定

9月 9日 (火)
園医健診 (5歳児)
健康教育集会 (3・4・5歳児)



7月の感染症情報

流行性角結膜炎 2名

発熱や下痢・嘔吐での
欠席が多く見られました。

熱中症に注意!! じょうずに予防しましょう



なるべく日影の
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、服の中がむれ
にくいものにしまし
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 is さんで手当するのも効果的)

こんな時は、すぐに医療機関

- ・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