



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 河原町保育園

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。

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みせる
- ・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

様々な発疹の種類

- ・人に感染しない発疹
日光やアレルギー性、あせも、接触性のもの、薬によるものなど。
- ・人に感染する発疹
手足口病、麻疹、風疹、水疱瘡、带状疱疹、伝染性紅斑（りんご病）、溶血性連鎖球菌水いぼ など

*発疹にはいろいろな種類があります。人に感染するものもあるので、発疹が出たら受診しましょう。

7月 罹った病気

乳児クラス

熱・かぜ症状31名、中耳炎4名
アタマジラミ2名、胃腸炎症状3名

幼児クラス

新型コロナウイルス1名、胃腸炎症状2名
アデノウイルス感染1名、熱・かぜ症状22名、目の腫れ・かゆみ3名、アタマジラミ3名