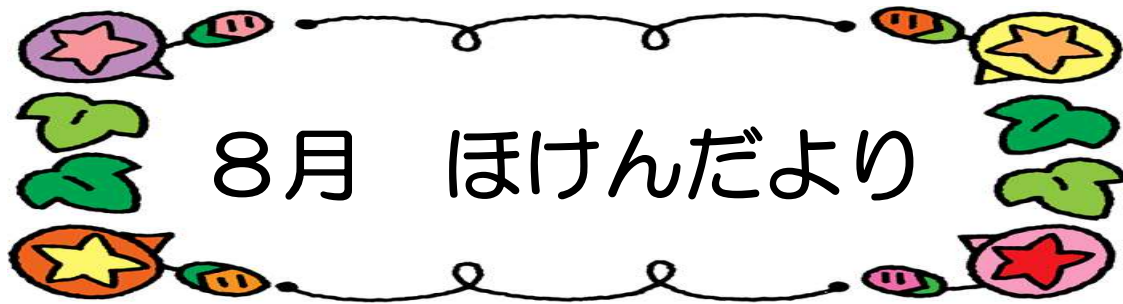




こども未来局
保育・子育て推進部

令和8年8月1日
梶ヶ谷保育園

夏本番を迎え、厳しい暑さが続いています。子どもたちは元気いっぱいに過ごしています。

暑さによる体調不良や感染症にも注意が必要な季節です。十分な睡眠や朝ごはん、水分補給を心がけ、元気に夏を乗り切りましょう。

夏の水分補給

こまめにお茶や麦茶を飲みましょう！

こどもは「新陳代謝が活発なため、汗や尿として出ていく水分が多く、脱水を起こしやすい体です。水分を多く含む食事や、定期的な水分補給を心がけましょう。暑い日には、じわじわと汗をかいていきますので、運動をしていなくても、こまめに水分を補給しましょう。」

引用：こども家庭庁
みんなで見守り
「こどもの熱中症」を防ぎましょう！



8月7日は鼻の日です

鼻はどのような働きをしているの？

鼻はにおいをかぐだけでなく、呼吸をし、ウィルスや細菌を鼻水とともに体の外に追い出すなど、いろいろな働きをしています。鼻が悪くと、中耳炎、咽頭炎などの病気にかかりやすくなります。また鼻づまりによる口呼吸がいびきにつながり、睡眠時無呼吸症候群の引き金になることも注目されています。

鼻水、鼻づまりは放置せず、早めに耳鼻科を受診しましょう！

気を付けたい夏風邪

手足口病

- 手のひら、足底・足背、口の中に水疱性の発疹が出ます。
- 熱は出ることも、出ないこともあります。
- 手指衛生につとめ、タオルの共用は避けましょう。
- 受診し医師に相談のうえ、登園してください。

ヘルパンギーナ

- 突然高熱が出て、数日続くことが多いです。
- 口の中、のどに白っぽい水ぶくれができます。
- 受診し医師に相談のうえ、登園してください。

咽頭結膜熱(プール熱)

- のどが腫れて痛みます。
- 38～40度の高い熱が数日続くこともあります。
- 白目が充血しまぶたが腫れ、涙や目やにが出ます。
- 登園許可証明書が必要な病気です。医師から登園の許可が出ましたら登園許可証明書を書いてもらい、登園再開の初日にお持ちください。

注意

お盆休みは休診となる病院が多いです。急な発熱やけがでの受診時に慌てないよう、事前に休診日を確認し、受診可能な病院を把握しておいてください。

困ったときは、#7119(かながわ救急相談センター)をご利用ください。

受診が必要かどうかの相談や、医療機関の案内をしてくれます。