



2023年7月1日
ハレルヤ保育園
保健衛生

梅雨の季節は、湿度も高くじめじめした日が続いています。これからは梅雨も明け、日に日に暑さが増していき本格的な夏の到来となります。夏場は暑さのために体力を消耗しがちです。脱水予防には、こまめに水分補給をしましょう。生活リズムをととのえ、十分な睡眠をとるなど、日常の生活にも気をつけて、元気に夏を過ごしましょう。

子どもの熱中症予防

7月25日は

「世界溺水防止デー」です

夏は、海や山などの屋外での活動が増える季節です。子どもは大人よりも熱中症になりやすいので、対策をしっかりと行って、楽しい夏を元気に過ごせるようにしましょう。

地面からの熱に注意！

子どもは背が低いので、おとなよりも地面からの照り返しの影響を受けやすくなります。おとなが暑く感じる時、子どもはおとなよりも高温の環境にさらされているので、体調の変化に注意してあげてください。



子どもを車内に残さない（絶対に車内に子どもを放置しないで！）

夏場は、車内の温度があっという間に上昇します。毎年、子どもを車内に放置したことによる熱中症の事故が発生しています。昨年も、園の送迎バスや自動車に残された子どもが亡くなる事故がありました。「眠っていて起こすのがかわいそうだから」「ちょっとの間だから」と子どもを車内に残すのは危険です。特に乳幼児は、自分の力で移動することが出来ません。注意して見てください。

子どもの熱中症の早期発見、体調の変化に気をつけましょう！

・発熱 ・顔がほてっている ・ぐったりしている ・汗をかかなくなった
・おしっこが全然出なくなった（オムツのおしっこの量が減っている）
・ぐったりしている など、このような症状がある時は、涼しい場所へ移動して衣服をゆるめ、水分補給（必要に応じてイオン水など）する
また、くび、わきの下、足の付け根など太い血管のある部分を冷やします。状態によっては医療機関を受診することも必要になります。

幼児は、体重あたりの水分必要量が多く、沢山汗をかくと脱水症状を起こしてしまいます。水分補給は生命を維持するために大切！
一日に必要な水分量は？（体重1kgに100mlを目安にします。）

体重 10kgまで → 10×100ml 1000ml

10～15kg → 1000～1300ml

それ以上は、1300～1500ml 目安として



参考にしてください。（少年写真新聞ニュース7月号より抜粋）

家庭での子どもの水の事故を防ぐには

1. 入浴中の子どもの見守り

- ・子どもだけで入浴させない
- ・子どもは大人の後には浴室に入れ、先に浴室から出す。

2. 浴室等の水回りの環境づくり

- ・子どもが小さいうちは、入浴後は浴槽の水を抜くことを習慣にする。
- ・子どもだけで浴室に入らないようにベビーゲートなどを設置する。
- ・使用後の洗濯機、洗面器、バケツに水を貯めたままにしない。洗濯機にはチャイルドロックをかける。



保健衛生より保護者の皆様へ

4月に入園して早3か月が過ぎました。個人差はありますが、子どもたちも保育園の環境に慣れてお友だちと過ごす時間も笑顔がたくさん見られるようになりました。給食の時間もみんなと一緒に楽しく過ごしています。梅雨の季節は湿気も多くなりますので、お子様のエプロンやお手拭きなども汚れが付きやすくなっていますので、定期的にチェックしていただき交換するようにお願いします。また、ほし組さんは7月からおやつ後から歯磨きが始まります。歯ブラシは使用後に滅菌消毒をしますが、一か月に1本を目安に交換をお願いします。ブラシの先が開いてくると歯茎を傷める原因になります。

6月の感染症報告	アデノウイルス感染症	1名
(11名)	RSウイルス感染症	8名
	ヘルパンギーナ	2名