

ほけんだより 8月



夏も真っ盛り!! 暑さに負けず、毎日元気にプール遊びを楽しんでいる子どもたちですが、体は意外と疲れています。毎日の健康管理に気を配り、食事をしっかり食べて元気に夏を過ごしましょう。

「熱中症」について

毎日、猛烈な暑さが続いています。今年は熱中症による救急搬送や死亡例が増えています。今後も厳しい暑さが続くと予想されていますので、引き続き注意をしましょう。

- 【症状】……暑い所に長時間居ること引き起こされる全身の不調です。
 (例) 気分が悪くなる。おなかが痛い。頭が痛い。手足がふるえる等様々です。
 【応急処置】 ※症状を緩和して重症化を防ぐためにも覚えておきましょう。

①

涼しい場所へ移動する
 風通しのよい日陰や涼しい室内に運んで寝かせ、服のボタンやベルトを外す。

②

体を冷やす
 ぬらしたタオルで体をふき、うちわや扇機の風を当てて体にこもった熱を逃がす。

③

水分を少しずつ与える
 麦茶や子ども用のイオン飲料などをひと口ずつ与える。一度に飲ませず、様子を見ながら。

❑ 冷やしたタオル
 ❑ タオルに包んだ保冷剤
 ❑ 冷えた缶ジュース
 などを挟んで冷やすと効果的

注意!!
 39℃以上の発熱があり、ぐったりして意識がないときは救急車を呼びます

流行しています!! <アデノウイルス感染症>

今、園ではアデノウイルスによる感染症が流行しています。39℃を超えるような高熱が出ることも特徴で、アデノの他に現在10名が熱で欠席しています。アデノウイルスはたくさんの型があり、その型によって咽頭結膜炎(プール熱)、流行性角結膜炎(はやり目)などの症状が現れます。他にも嘔吐下痢症など症状は様々です。アデノウイルスは感染力が強いので、気になる症状がある場合は、早めに専門医を受診してください。特に結膜炎は小児科、内科では検査できない場合もあります。目が赤く熱があつて小児科で受診しても風邪と診断されて、眼科で検査してもらってはじめてアデノウイルスと診断されたケースもあるようですので、必ず眼科を受診していただきますようお願いいたします。

手足口病

原因 → コクサッキーウイルスやエンテロウイルスによる飛沫感染。

症状 → 手のひらや足の裏、口の中に小さな水ぼうや赤い発しんがで、熱が出ることも。

対応 → 3~5日で治る。元気があれば登園できるが、まれに髄膜炎などの合併症を起こすことがあるので、頭痛やおう吐を伴う発熱が3日以上続くときは、すぐに受診を。

ヘルパンギーナ

原因 → コクサッキーウイルスA群などに飛沫感染することで発症。

症状 → 高熱、のどの痛みが特徴。のどに水ぼうや潰瘍(かいよう)ができて痛みがひどく、乳児の場合はミルクが飲めなくなるほどに。

対応 → のどの痛みは、熱が下がってからも続くことがある。熱やのどの痛みがあるうちは、安静に過ごすように。

水あそび・プールあそびカードの記入のおねがい

割り当て表でお子さんがプールに入らない日でも、健康管理のため、引き続き検温は全園児、毎日の記入をお願い致します。プールの用意をされていても記入がないとプールには入れません。朝のお忙しい時間に御手数をおかけいたしますが、よろしくお願ひします。

※すべてのものに大きく名前の記入をお願いします!

プールの日程	時間	月	火	水	木	金
屋上ひろばのプール	9:40~10:20	もも	ばら	もも	もも	ばら
	10:30~11:10	ゆり	ゆり	ばら	ゆり	ゆり
未満児クラス各保育室のプール	10:00~10:55 (30分程)	さくら	さくら	さくら	さくら	さくら
		つぼみ	つぼみ	つぼみ	つぼみ	つぼみ

※全クラス、天候、行事、活動によっては入らない日もあります。

8月の行事予定

- 8月 4日(土) 避難訓練
- 8月 6日(月) 身体測定(以上児)・絵本配本
- 8月 7日(火) 身体測定(未満児)
- 8月 8日(水) どんぐりあそび(お弁当の日)
- 8月10日(金) 布団洗濯日①・帰りバス運行なし
- 8月14日(火) 朝・帰りバス運行なし
- 8月15日(水) 朝・帰りバス運行なし
- 8月16日(木) 朝バス運行なし
- 8月21日(火) お誕生会
- 8月25日(土) 保育参観(未満児)・保護者会総会
- 8月27日(月) 戸外練習開始
- 8月31日(金) 布団洗濯日②
- 9月 1日(土) 布団洗濯日③

アタマジラミ

7月に園でも流行しましたが、アタマジラミは放っておくとどんどん増え、周りにうつしてしまいます。シラミを見つけたら「スミスリンシャンプー」を使い、早めに駆除しましょう。

<対処法>

- ・スミスリンシャンプーは2日おきに4回、計10日間の使用をおすすめします。
- ・布団などの寝具は毎日干し、パジャマなどの衣類は毎日洗濯しましょう。
- ・こまめに掃除機をかけましょう。
- ・卵がないかチェックしましょう。

(後頭部や耳の後ろの生え際など。)