

《夏のコラムあれこれ》

「熱中症？」そのときに

子どもたちが大好きな夏ですが、熱中症には注意を。子どもに異変があったら、すぐに手当てをして重症化を防ぎましょう。



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、うちわや扇風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
 - ポリ袋に入れた氷水
- などを換えて冷やすと効果的



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

ご存知ですか？『暑さ指数』

暑さ指数とは、熱中症予防を目的とした暑さの指標です。気温、湿度、輻射熱(ふくしゃねつ)から算出されます。環境省は暑い季節を安全に過ごすために、毎日暑さ指数の情報提供をしています。『環境省熱中症予防情報サイト』に詳しく記載されています。活用し暑い夏を乗り切っていきましょう。



高熱に注意！ 夏かぜ

夏かぜを起こすウイルスは、冬のものとは異なり、高温多湿を好むタイプです。せきや鼻水は少なく、肺炎などに進行することはまれです。夏に流行する主な病気に、プール熱、ヘルパンギーナ、手足口病などがあります。

- 発熱する
- 目の充血、痛みがある
- のどが赤くはれ、痛みがある
- 口の中やのどに水ぼうがができる
- 体に発しんが出る

これらの特徴がある場合や、いつもと様子が違うときは、必ず受診し、医師の診断を仰ぎましょう。

虫刺され

油断大敵！

蚊に刺されると、かゆくてつらいだけでなく、かきこわして傷口が化膿したり、「とびひ」になったりすることもある。蚊に刺されたら、早めのケアが大切です。



石けんで洗いましょう

刺されたところを石けんで洗って、かゆみのもとを洗い流します。水で冷やしてかゆみも軽くなります。

かゆみを和らげましょう

かゆがるときは、ぬらしたタオルや保冷剤で冷やしたり、かゆみ止めを塗ったりしてケアします。

かゆみやはれがひどいときは皮膚科へ

刺されたところが強くはれたり、皮膚がじゅくじゅくしたりするときは、皮膚科を受診しましょう。

当園では下記の薬を必要に応じて使用していきます。

○ムヒ

虫刺され等あり痒みがあるとき

○虫よけスプレー

(ミストタイプ・安全で持続性の高いイカリジン配合のもの)

戸外遊びやお散歩で外に出るとき

(蚊媒感染症の感染対策の一環です)

診断を受けたら園へお知らせください。登園再開できる時期や水遊びの可否の確認をお願いします。

◇プール入水前のおしり洗いについて◇

保育園では、体の汚れをプールの中に持ち込まないように、プールに入る前にはシャワーを浴びます。とくにおしりは丁寧に流します。ヘルパンギーナ、手足口病、プール熱(咽頭結膜熱)に感染すると、体の症状が回復してからも長期間にわたって便にウイルスが排出されることが知られています。

そのため上記の疾患にかかったお子さんは、石けんでおしりを洗わせていただきます。プール水の衛生管理上、また、感染症対策として行って参りますのでご理解のほどよろしくお願いいたします。



歯科検診が終わりました

歯科検診の日は開始時間に合わせた登園のご協力、ありがとうございました。受診が必要なお子さんはけんこうノートに記載してお伝えしています。早めに受診しましょう。かかりつけの歯医者さんを作っておくと安心ですね。

寝る前の歯みがきと大人の方の仕上げ磨きが、一番のむし歯予防になります。

今月の予定

16日(火) 身体測定

25日(木) 園医診察

(まだ受けていない方)

