



令和6年 7月ほけんだより

北町保育園

晴れるとかなり暑い日も増えてきました。園では、熱中症指数を随時確認したり、日陰を作ったり、ミストを活用したりと熱中症に気を付けています。暑い夏も元気に過ごしていきましょう。

★熱中症 ～梅雨明け前後は特に注意を～

<熱中症とは>主に初夏から夏にかけて、環境に体が適応できないことで起こる様々な症状の総称です。晴天時の暑い時だけでなく、湿度の高い時も発生リスクが高いです。夜間もエアコンを上手に活用したり、就寝前に水分補給をしたりしてご注意ください。症状は進行することがあるので、悪化するようなら速やかに救急車等で病院を受診しましょう。

- I度** めまい 立ちくらみ 気分不快
- 軽症** 筋肉痛（こむら返り、足がつる）
どろどろ汗をかく 手足のしびれ

- II度** 頭痛 吐き気 嘔吐
- 中等症** だるさ 疲れ

- III度** (IIに加えて)
- 重症** 呼びかけへの反応がおかしい
けいれん 真っすぐ走れない
高体温

熱中症予防のため、ご家庭では

- ① 十分な睡眠をとること
- ② 朝食は必ずとること を特にご注意ください。

応急処置のポイント 「体を冷やして水分補給」

「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 涼しい場所に移動する

風通しのよい日陰や涼しい室内に連れていき、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。



- タクシー等ですぐ受診** 経口で水分摂取できず 意識障害なし
- * 点滴治療が必要なため 様子を見ていたが症状が改善しない

ぐったり感が強ければ救急車でも OK

III度の可能性がある場合⇒ 救急車を呼ぶ

- 体温が高い * 入院治療が必要なので、緊急で救急受診します。
- 意識障害が少しでもある 救急車を待つ間も応急処置を進めます。
- けいれんがある



《6月感染症状況》

- 溶連菌感染症 3名
手足口病（疑い含） 2名
胃腸炎 1名
伝染性紅斑 1名
風邪症状 42名

★保健所より、手足口病の発生が警報レベルに達している地域が増えているとの報告があります。ご注意下さい。

<7月の保健日程>

- 3日(水) 0345 歳児内科健診
- 7日(木) 歯科検診 **9時半**(~11時頃)
→ 当日は遅れないように登園願います。
・ 当日朝食後の歯みがきも忘れずしてください。
・ 同居家族が感染症の診断を受けている場合は当日までにお知らせください。
・ 終了時間は変更する場合があります。
- 17日(水) 012 歳児内科健診