



令和7年 7月ほけんだより

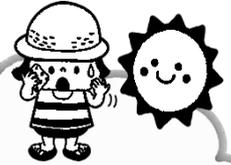
北町保育園

先月は、園内で診断名のついた感染症は少なかったのですが、都内では溶連菌感染症が流行っているようです。又、目やにや充血がある子が増え、受診をお願いする場合がありますのでご協力下さい。

暑さ指数が日々高くなり、お子さんが熱中症にならないよう園でも気を付けています。ご家庭では、●十分な睡眠をとること、●朝食は必ずとること を特にご注意下さい。

### 熱中症予防

日頃から適度に外遊びをして、暑さに慣れておくと、上手に体温を放散することができ、熱中症を防ぐことができます。



#### なぜ子どもは熱中症になりやすい？

- 子どもは体温調節機能が未熟なため、温度変化に影響されやすく、汗をかき能力が低いので、熱中症になりやすい。
- 乳幼児の場合は、常に多めの水分を必要とする。暑くても自分で水分補給をすることや服を脱いで調節することが出来ない為、熱中症のリスクが高まる。

#### 予防のポイント

- 炎天下で遊ばない
- 外と家は5℃位の温度差に(26-28℃程が目安)
- ベビーカーは短時間で
- 子どもを一人にしない
- こまめな水分補給
- 規則正しい生活リズム

#### 急ぎ医療機関へ！！

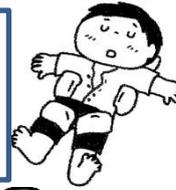
- 唇や皮膚が乾燥している
- 尿の量が少ない
- 暑いのに汗が出ない
- 顔色が赤い、または青い
- ぐったりしている

#### 救急車対応を！！

- 体温が高い
- けいれんしている
- 意識がない
- 水分を全く飲めない

#### 熱中症かもと思ったら

タオルで包んだ保冷剤やアイスノンで、首の後ろ、脇の下、足の付け根を冷やす



#### 《7月保健日程》

2日(水) 3,4,5歳児内科健診

3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下さい
- 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下さい。
- 終了時間は変更する場合があります。
- 秋にも歯科検診があります。

16日(水) 0,1,2歳児内科健診

#### 《6月園内感染症状況》

溶連菌感染症 1名

伝染性紅斑(リンゴ病) 1名

風邪症状 34名



かゆみのある湿しんは「とびひ」かも

虫刺されや湿しんなどで傷ついた肌を汚れたつめでひっかくと、傷口に細菌が感染して「とびひ(伝染性膿痂疹)」になります。うみをもったような水ぼうがで、強いかゆみが出ます。かゆいからといってひっかくと大変！水ぼうが破れて中の液が付いた所に、とびひがどんどん広がってしまうのです。水ぼうがを見つけたら、つめでひっかかないようにガーゼで覆い、受診しましょう。

ほくたちのつめも、忘れずに短く切ってね

