



Health Bulletin

ほけんだより

緊急事態宣言解除後、新しい生活様式を實行しつつ、第2波コロナが到来したかのような感染の拡大が継続しております。保育園という環境ではお子様との密着は切ってもきれない環境であり、感染の危険性が高いことをご理解いただき、保育者もできる限りの感染防止対策を講じてまいります。また、感染防止対策はコロナ以外の感染防止にも功を奏しており、例年に比べ手足口病などの罹患が減少しているのが現状です。



★帽子の着用・水分補給を心がけて熱中症を予防しましょう



本格的な夏がやってきました。暑い中でも夢中になって遊ぶ子ども達は汗をかくだけで体力を消耗します。暑い夏を健康で楽しく過ごせるよう、皮膚の清潔や食事に気をつけ、気分を爽快にしてあげましょう！！

作ってみよう！！
お家で経口補水液

熱中症予防には水分と電解質の補給が大切ですが、市販のスポーツドリンクは糖分が高くて心配…そこで家庭で経口補水液を作ってみませんか？

子ども達は大人よりも多くの水分を必要とします。それは大人では体重の約60%、乳幼児では約70%、新生児ではなんと80%と年齢が低いほど水分の割合が多くなるからです。これからの時期暑くなるとよく汗をかきます。汗には体にこもった熱を外に逃がし、体温調節を行い、老廃物を取り除く働きがあります。体内の水分が不足すると、体温調節ができず熱中症になったり、筋肉のけいれんを起こす場合もあります。

水分補給のポイント

- ★ のどが渇いていなくてもこまめな水分補給を
- ★ 一度にたくさん飲みこまず、少しずつ口に含んでゆっくりと
- ★ 冷たいものはゆっくりと
- ★ 清涼飲料水の飲みすぎに注意



作り方はとっても簡単！！

仕上げにミントやレモンで風味付けすると美味しくなります。ぜひお試しください♡



ぬるま湯 1 L
(白湯)



食塩 3 g



砂糖 40 g



経口補水液の完成

【夏に注意する皮膚の病気】

暑くなってくると汗をたくさんかくようになります。細菌やカビなども増えやすくなることから皮膚トラブルが増えてきます。痒みのある湿疹は「とびひ」かも！！虫刺されや湿疹などで傷ついた肌を汚れた爪でひっかくと、傷口に細菌が感染して「とびひ（伝染性膿痂疹）」になります。膿をもったような水疱ができ、強い痒みがでます。痒いからといってひっかくと大変！！水疱が破れて中の液が付着した別の皮膚にとびひがどんどん広がってしまいます。

●とびひは登園許可証が必要です！！●

★予防ポイント★爪は短く・水疱ができたらガーゼで覆う・早めの受診・手洗い

コロナ予防対策 NOW！！

・手洗いの徹底・室内の消毒・登園児の検温ならびにスタッフの検温・お迎え時の保護者の検温・アウトドアでの遊具の使用禁止・アウトドアでの水分補給時の手の清潔保持・マスクの着用・空気加湿清浄機による湿度維持と空気清浄・適時の換気・消毒薬の設置・銅フィルムによる感染拡大防止・スタッフの会食ならびに不要の外出自粛・スタッフの家族感染が疑われる場合の就業禁止 を行っております。今後は随時状況に応じてHPにて感染対策情報を発信してまいりますので皆様のご協力をお願いいたします