

# 夏号 (7・8月) 保健だより



平成30年7月30日  
保育園夢未来桜新町園

連日続く猛暑で、熱中症のニュースも毎日のように報道されています。また、手足口病・ヘルパンギーナ・プール熱などの夏の感染症もこの時期流行しやすくなります。保育園では、温度湿度管理とこまめな水分補給、着替え、水遊び、沐浴等で熱中症予防をしたり、急激な気温の変化に対応できるよう配慮をしておりますが、小さなお子さんやお年寄りはこの時期特に心配です。熱中症や夏の病気を正しく理解し、予防をして健康に夏を過ごしましょう！

## 水遊びもあと1ヶ月！！

7月から始めた水遊び。回を重ねるごとに子どもたちは水遊びが大好きになり、毎日楽しんでます。安全に水遊びを行うため、下記の事項を再度ご確認くださいようお願い致します。

■水遊びカード、沐浴カードは毎日記入してください。記入がないと水遊びは出来ません。雨天、英語や行事の日も水遊びセットのご用意とサインをお願いします。(途中で晴れたり、時間配分によって水遊びを行う場合がある為。)



■水遊びカードの体調の欄(良好・鼻水・咳・その他)について  
体調が「良好」の時のみ「○」を記入してください。  
鼻水、咳が出ている場合は入れません。(×の理由として記入してください。)

■体調が完全に良くないときに無理をすると、せっかく治りかけていても長引いたり悪化したりします。水遊びが出来ない日は、室内で制作や体操、ままごとなど楽しい遊びを行っています。お子様の体調を見てご判断頂きますようよろしくお願い致します。



残り1ヶ月、安全、衛生面に十分配慮しながら夏の遊びを楽しんでいきたいと思ひます。



嘱託医の松村先生より ~地域で流行している感染症~

RSウイルス、発熱、下痢が流行しています。早めの受診と休息をしっかりととりましょう。

8月の0歳児健康診断・・・8月6日(月) 12:30~  
※年間行事予定表の日程と変更しています。ご了承下さい。

## 熱中症 予防



室温の目安	
夏: 25℃前後	(外気との差は5℃以内を目安)
冬: 18℃~22℃	
<湿度: 50~70%>	

### 【熱中症】

高温多湿な環境下で、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調整機能がうまく働かないことにより、体内に熱がたまり、筋肉痛や大量の発汗、さらには吐き気や倦怠感などの症状が現れ、重症になると意識障害などが起こります。

急に暑くなった日は特に注意！  
室内にいるときも注意が必要！



熱中症の予防には、「水分補給」と「暑さを避けること」が大切です！

### ○こまめな水分・塩分の補給

- こまめな体温測定
- 通気性の良い、吸湿・速乾の衣服着用
- 保冷剤、氷、冷たいタオルなどによる体の冷却
- 扇風機やエアコンを使った温度調整(無理な節電は危険です)
- 室温が上がりにくい環境の確保  
(こまめな換気、遮光カーテン、すだれ、打ち水など)

### ○日傘や帽子の着用

- 日陰の利用、こまめな休憩



## よくある質問Q&A

### ??「治癒証明書」と「登園届」の違いは??

「治癒証明書」は医師記入の登園許可書です。  
「登園届」は受診をして医師から登園の許可が出たら保護者の方に記入して頂く様式です。  
感染症の種類によって区分されています。  
詳しくは「入園のご案内」P8~9をご参照ください。一覧表に記載されている感染症に罹患された場合は、治癒証明書、登園届がないとお預かりは出来ません。

### ??手足口病、ヘルパンギーナ、とびひ、水いぼなどは治癒していなくても保育園へ行ってもいいですか??

夏にかかりやすい病気で難しいのが登園届に区分されている感染症ですね。例えば、手足口病やヘルパンギーナ等は受診した際に、治癒の状態を見て感染する時期を過ぎているか、集団生活に問題はないかをお医者様に診断して頂き、許可が出たらお預かりが出来ます。  
とびひ、水いぼ等もジュクジュクしている状態や他のお子さんへの感染の問題がないか、診断を受けてください。また、とびひは接触すると他のお子さんへ感染しますので、洋服から出ている部位はガーゼ等で覆って登園してください。炎症がある場合は水遊びは出来ませんので、病院で水遊びの有無も確認してください。