



ほけんだより 7月号

たじりちようりつにんてい えん えん ぜる
田尻町立認定こども園 たじりエンゼル
かんごし
看護師

ひざ つよ せき あつ あせ きせつ
日差しが強くなり、蒸し暑く汗をかく季節となりました。

あせ たか たいおん さ はたら ひふとらぶる げんいん
汗には高くなった体温を下げる働きがありますが、皮膚トラブルの原因にもなります。



たくさん汗をかいたときは、シャワーなどで汗を流し清潔にしましょう。

なつ たの ぎょうじ
夏は楽しい行事がたくさんあります。冷たくなくてよいのでのどが渇く前

にこまめに水分を摂って補いましょう。

せんげつ げり しょうじょう こ すうにん
先月は下痢の症状のお子さんが数人ありました。

てあら じゅうぶん すいみん しょくじ ところ ちょうし とどの
「手洗い・十分な睡眠・バランスのよい食事」を心がけ、おなかの調子を調整していきましょう。

いっつもとようす ちが おも むり やす たいせつ
いつもと様子が違うかなと思ったら無理せずゆっくり休むことも大切です。



げつ さいじ しんたいそくてい
6(月) 0~2歳児 身体測定

げつ さいじ しんたいそくてい
13(月) 3・4歳児 身体測定

すい さいじ しんたいそくてい
15(水) 5歳児 身体測定



虫による皮膚トラブルに注意しましょう

ちい せき あか ひろく はんいん は
小さな子どもほど赤く広い範囲で腫れてしまいます。また、掻き
むしりから、とびひ(水泡性膿痂疹)を発症しやすいです。

蚊: 蚊に刺された部位を水洗いした後、濡れたタオル冷やす。

ハチ・毛虫・アブ: 毒毛・毒針を毛抜きやテープなどで抜き

取って、水で洗い流し、濡れたタオルで冷やし受診しましょう。

「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、うちわや扇風の風を当てて体にもった熱を逃がす。



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
- などを挟んで冷やすと効果的



注意!!

39℃以上の発熱があり、くったりして意識がないときは救急車を呼びます