

ほけんだより 7月

令和4年7月 吉日
みなみひの保育園



本格的な梅雨の季節に、と思ったら思いもかけぬ梅雨明けに・・・水分補給をしっかりと、思いっきり、そして安全に園庭遊びやプール遊び、水遊びを楽しんでもらいたいです。もうすぐ園内の笹の葉にたくさんの願い事や笹飾りが揺れる事でしょう。

一緒にじゃないから一緒に予防を

大人の体をぎゅっと小さくしたのが子ども…ではありません。

子どもの体は大人に比べ...

- ・心拍数は約1.5倍
- ・体内の水分量の割合は1.3倍
- ・地面から受ける照り返しは+3℃

たくさんの水分が必要な体は、失う水分も多いのです。



だから、一緒に熱中症予防

こまめな水分補給を忘れないでください。のどの渇きをうまく伝えられない子もいるので、朝起きたときやお風呂の前後など水分補給のタイミングを決めておきましょう。



人間と同じように汗をかく動物はどれでしょう？

①ネコ ②カメ ③ウマ

答えは①と③



人間・ネコ・ウマの共通点は「哺乳類」なこと。哺乳類はみんな汗をかくことで、体温をいつも同じくらいに保っています。

特に、人間とウマは汗っかきで有名。ウマは人間と同じように、体中に汗をかく珍しい動物です。しかも、白く泡立つ汗をかくだとか。

一方、ネコは足の裏にちょこっとだけ汗をかきます。ちなみにカメは周りの温度に合わせて体温を変えるので、汗をかかなくてもいいのです。

ご報告

6月に入り、感染性の胃腸炎と思われる症状で欠席された子どもたち、とてもつらい思いをしてご家族さまも大変だったと思います。ご協力をしていただきありがとうございます。おかげさまで終息に向かったことをご報告いたします。今後も園内の消毒、職員の意識向上に努めてまいります。

とびひの±増える季節です

とびひは、夏の疲れが出る8月の終わりから9月ごろに多くなります。虫刺されの跡や傷に、菌が付いて発症することが多いようです。「傷がじゅくじゅくしている」「なかなか傷が治らない」というのがとびひの始まりのサイン。やがてかゆみの強い水ぼうがができます。これをかきこわした手でほかの所をかくと、そこにもとびひが広がります。



主な症状

- 皮膚に小指のつめくらいの水ぼうがができる
- 水ぶくれや、赤くじゅくじゅくした、ただれた状態になる
- 強いかゆみがある

家庭での手当て

- じゅくじゅくした部分はガーゼで覆う。皮膚科で処方された薬があれば塗ってから、ガーゼで覆う
- お風呂では湯船につからず、シャワーで洗い流して清潔を保つ
- 湯上がりはこすらずふき取り、薬を塗る



患部が乾燥すれば、うつる心配はありません。じゅくじゅくしていたら、ガーゼで覆いましょう

