



8月のほけんだより



2020/08/03
発行

8月に入りやっと梅雨明けしました。これからが夏本番、30℃以上が続くと思われます。急に気候が変わると体調を崩しやすいです。室内にいる時は冷房を上手に使い、換気も定期的に行いましょう。そして、休養、栄養をしっかり取り体調管理をしていきましょう。



『7月の感染症』

・手足口病1名

例年7、8月は発熱児が多く出るのですが、今年の7月はどのクラスも少なかったです。

三鷹市の保育園等でも感染症は少ないようで現在は溶連菌感染症とおたふくかぜが出ているようです。

『新型コロナウイルス』

新型コロナウイルスの感染者が東京都で400人を超えました。保育園では密にならないことは難しいですが、工夫によりできるところは回避し、手洗いの徹底と換気、園内の消毒などできることを行っていきます。毎日の検温は引き続き行っていただき、発熱だけでなく、咳やだるさなど体調が優れない時はお家で様子を見ていただけると良いと思います。

『予防接種・乳幼児健診について』

コロナ禍で予防接種や乳幼児健診を躊躇される方がいるようです。嘱託医の山口医師によると小児科も患者さんが減っているのでは、それほど心配なく受けられるのではないかと。インフルエンザの予防接種の時期になる前に受けた方が良いとのことです。(7月健診時) 三鷹市の乳幼児健診も再開しているようなので連絡があったら、早めに済ませるようにしましょう。



《夏の水分補給》

人は汗をかくことで体温調節をしています。体内の水分が不足すると、汗が出せず体温が上がってしまいます。特に子どもは脱水症状をおこしやすいので、こまめな水分補給が必要です。水分補給するには・・・。

- ① 1回の量は少なめに、回数を多く。
- ② ジュースではなく水や麦茶を飲みましょう。スポーツドリンクは汗をたくさんかいた時や熱が出た時は良いですが、糖分が多いので、普段の水分補給には適しません。
- ③ のどが渇く前にこまめに飲みましょう。

『猛暑日のプールについて』

8月は猛暑日が多く予想され、日よけや水分補給等行っていますが、屋上でのプールは熱中症の危険が伴います。

熱中症指針計を用いています。

〈暑さ指数(WBGT)〉(外気温ではない)

28～31℃：嚴重警戒、31℃以上：危険

上記により暑さ指数31℃以上で屋上でのプールは中止になることをご了承ください。(乳児の水遊びも同様)



〈週に1回爪の点検を〉

子どもの爪は伸びやすいです。虫刺されなど引っ掻いてとびひになることもあります。週末には爪の点検をお願いします。

『保健行事』

- ・健診 8/6 (木)
- 乳児クラス
- ・身体測定
- 0歳児 月2回
- 1歳以上 1回