



7月のほけんだより

令和3年7月1日発行
めぐみ保育園



日に日に日ざしが強くなり、心弾む夏がやってきました。暑さが増し、熱中症も心配になってきますので、保育園では**マスクの着用を保護者の方のご判断**にお任せしたいと思います。外遊びや室内での運動の際には、マスクは原則外しておりますので、ご家庭で心配な方は、クラスでのマスク着用を継続していただいても構いません。その際には引き続き替えのマスクのご準備をよろしくお願い致します。

今月から乳児クラスは水遊び、幼児クラスはプールが始まります。今年度より、**たいおんカードに水遊びやプールの〇×を記入していただく**形になっているので、ご記入漏れの無い様よろしくお願い致します。



暑い夏を元気に乗り切るポイント

1. 水分補給

大量に汗をかくと、脱水症状を起こし、熱中症の原因にもなります。こまめな水分補給を心がけましょう。



2. 皮膚のケア

こまめに汗をふいたり、シャワーを浴びたりして、皮膚を清潔に保ちましょう。

3. 紫外線対策

外出時は帽子をかぶり、日焼け止めを塗るなどの紫外線対策も忘れずに。



4. 室温管理

高温・多湿など条件がそろえば、室内でも熱中症は起こります。エアコンをじょうずに使いましょう。ただ、冷やしすぎには要注意。設定温度 27~28℃を目安にしましょう。



お昼寝シーツについて

現在、金曜日にお昼寝セットをお返ししています。今まで、3日しか使わなかったものに関しては持ち帰り無しとしていましたが、汗をかく季節になり、新型コロナウイルスもまだまだ流行している為、当園では、**衛生面からも日数に関わらず週末にシーツをお返す**事になりましたので、ご協力よろしくお願い致します。

気をつけよう夏にはやる病気

夏に気をつけたい感染症。代表的な3つについて、主な症状を挙げてみました。気になる症状が見られたら、すぐに病院受診を！

ヘルパンギーナ

高熱とのどの痛み。特にのどは、水ほうや潰瘍ができるため、かなり痛む（乳児はミルクが飲めないほど）。



プール熱

(咽頭結膜熱)

高熱とのどの痛みのほか、目の痛み・かゆみ・充血など、結膜炎のような症状がでる。



手足口病

手のひらや足の裏、口の中に小さな発しんや水ほうができ、熱が出ることも。



歯科検診のお知らせ

日時：7月15日（木）

時間：10時から

対象：全園児

※お休みの場合は、後日保護者の方にかかりつけ医での検診をお願いしています。

