



8月のほけんだより



平成30年8月1日発行
すくすくどろんこの会
よしかわ杜の保育園

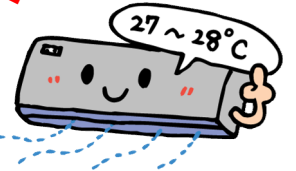
毎日危険な暑さが続きますね。保育園では、プール遊びに興じる子どもたちです。この夏、旅行など遠出の計画を立てているご家庭も多いかと思います。外出先では、安全に気を配り、楽しい思い出をたくさん作ってきてくださいね。

暑い夏を元気に乗り切るポイント

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。



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。



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。あせもにご注意!!



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。エアコンを上手に使いましょう。ただ、冷やしすぎには要注意です。

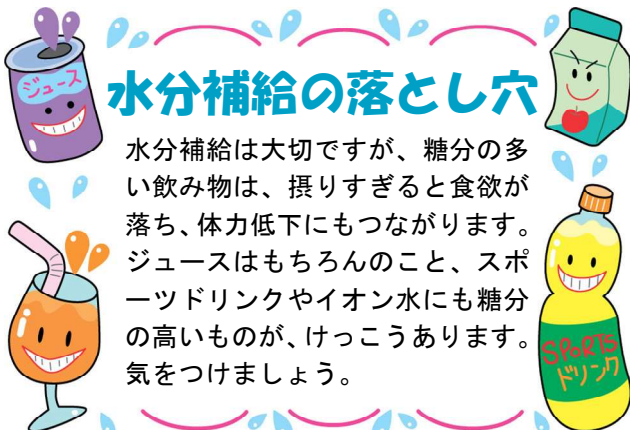


保育中の猛暑対策について

毎日危険な暑さが続いています。当園では園児の安全を最優先に考え、気温 35°C以上、28°C以下・・・を基準に水遊び・プール遊びを中止としていきます。

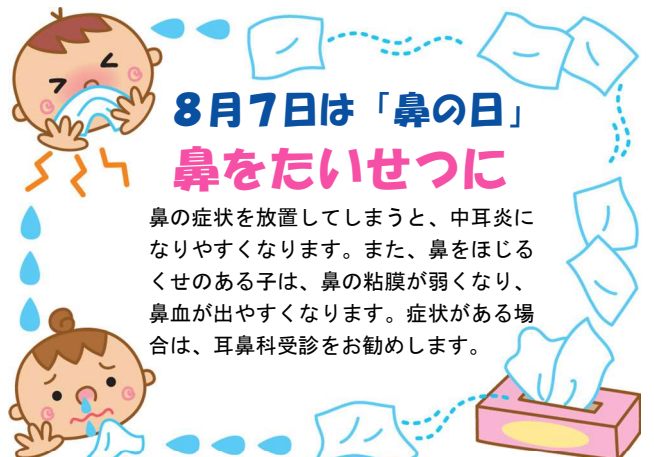
保護者の方々も熱中症にはくれぐれも注意し、元気にお仕事頑張ってくださいね。。

子どもたちは首を長くしてお迎えを待っています。



水分補給の落とし穴

水分補給は大切ですが、糖分の多い飲み物は、摂りすぎると食欲が落ち、体力低下にもつながります。ジュースはもちろんのこと、スポーツドリンクやイオン水にも糖分の高いものが、けっこうあります。気をつけましょう。



8月7日は「鼻の日」

鼻をたいせつに

鼻の症状を放置してしまうと、中耳炎になりやすくなります。また、鼻をほじるくせのある子は、鼻の粘膜が弱くなり、鼻血が出やすくなります。症状がある場合は、耳鼻科受診をお勧めします。