

ほけんだより 7月

みそらこども園
令和2年7月17日(金)

みそらこども園感染症情報

6月1日から6月30日まで

手足口病 1名

突発性発疹 2名

・身体計測日程・

17日(金) はとぐみ

27日(月) ひよこぐみ

28日(火) ももぐみ

29日(水) すみれぐみ

31日(金) ほし・つきぐみ

※日程が変更することもあります
す

室内にいても熱中症になる事があります。クーラーを上手に使って温度調節をしましょう。扇風機も一緒に回すと、空気が循環して室内の温度が一定に保たれます。眠る際はクーラーや扇風機の風が、体に直接あたらないようにしましょう。夏の室内の温度は25℃~28℃・湿度は45%~60%が理想と言われています。決してエアコンの温度が28℃設定ではないので注意しましょう！乳児のお昼寝の場合は、時々手足を触って冷え過ぎていないかチェックしましょう。

熱中症

熱中症の症状

- I度** ・手足がしびれる ・めまい、立ち眩みがある ・筋肉のこむら返りがある (痛い) ・気分が悪い、ボーっとする
- II度** ・頭痛・吐き気がする、吐く ・倦怠感 ・意識がなんとなくおかしい
- III度** ・意識がない ・痙攣 ・呼びかけに対して返事がおかしい ・まっすぐ歩けない ・走れない ・体が熱い

対処法

- ・涼しい所に移動させる。クーラーがあればクーラー等を使う
- ・体温計があれば検温する。氷嚢などを使い、体を冷やす。(首の後ろ、両脇、両鼠径部を冷やす)
- ・水分が自分で飲める場合は、自力で飲めるか確認する。

※III度の症状がある時は、救急車を要請する。水分が飲めない時も受診する

※意識がおかしい時は、水分摂取で誤嚥する可能性があるため、無理に飲ませず、救急搬送をしましょう