



ほけんだよい

令和8年7月
つぼみ保育園
保健室 齋藤仁美



いよいよ夏本番！！今月は夏祭りもありますね。今年は、梅雨空が多く雨が降る日も多いですね。気温や湿度が高くなると体調を崩しやすく、元気そうに見えても体は疲れている可能性があります。熱中症予防のためにも早めの睡眠で十分な休息をとり、朝ごはんはしっかり食べて、こまめな水分補給を心がけましょう。

熱中症のお話



乳幼児は熱中症になると、悪化するスピードも速いので注意が必要です！！



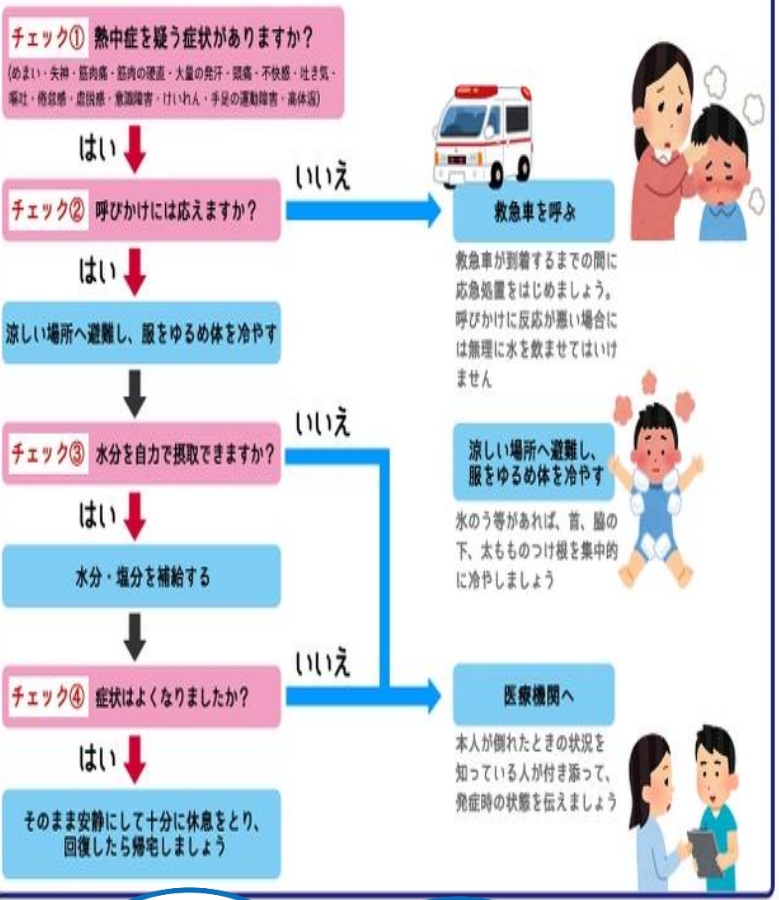
熱中症の症状、重症度



熱中症は脱水症状から始まり、体温のコントロールができなくなることで起こります。脱水症状が継続すると体温調節がうまくできなくなり、体温が上がり、胃や腸の血流が悪くなって、消化酵素がうまく働かなくなるなどで、頭痛・気持ち悪さが起きます。

子ども達が訴えられる症状は、中度の段階に入ってからだと思います。園でも熱中症対策をしています、お家で気になる症状があった際は、教えていただければと思います。

熱中症の応急処置





梅雨型熱中症とは

梅雨時期多くにみられる、外気温がさほど高くなくても、湿度が高いことで汗が上手く出せず、夏前の時期で身体が暑さに慣れていないことも加わって体温調節が効きにくい状態におちいり、身体の中に熱がこもってしまい、熱中症の症状を引き起こす点が特徴です。



時間差熱中症とは

炎天下の中や外にいる時は症状がなくても家に帰ってから気持ち悪さや頭痛などの症状が出ることはありませんか？6～12 時間してから熱中症症状がでるものを時間差熱中症といいます。近年子どもや高齢者だけではなく、若い世代でも出るため、注意が必要です。



この季節、虫刺されからのとびひにご注意を！！

原因→虫刺されや湿疹を掻きむしったところに黄色ぶどう球菌が感染して起こる。

症状→感染後、水疱ができ、それが破れて、その周囲に更に小さい水疱ができ、病変が広がる。痒みで掻くとその手から周辺に広がっていく。

治療→抗生剤内服や抗生剤の軟膏を塗る。

登園時の注意→浸出液で他児に感染する危険性があるため、ガーゼで覆ってください。プールや水遊び、シャワーは他児に感染する危険性があるため完治するまでできませんのでご了承ください。

とびひと診断された場合は、感染症になりますので、

必ず保育園に報告をお願いします。



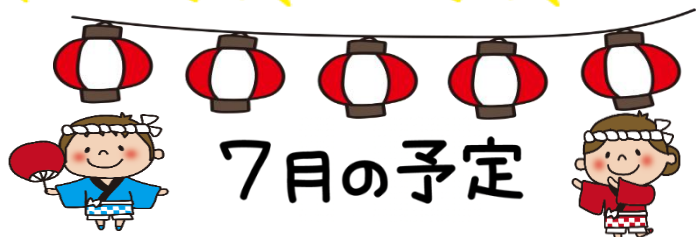
水ぶくれができる



水ぶくれが破れ、皮膚がただれる



乾燥し、かさぶたになる



7月の予定

2日(木)

尿検査提出日(未提出者・2次検査者)

→9時10分までに提出をお願いします。

6日(月)

くすのき身体測定

7日(火)

くるみ身体測定

9日(木)

くるみ身体測定

10日(金)

たけのこ身体測定

13日(月)

まつぼっくり身体測定

14日(火)

たんぽぽ身体測定

24日(金)

園医健診 たんぽぽ・くるみ

28日(火)

しいのみ手洗い講習



7 月中にけんこうのきろくを配布します。予防接種記録の追加と乳幼児健診の結果の記入をお願いします。

おまろせ

6月の感染症情報

下痢	6名
プール熱	1名
溶連菌	1名
手足口病	2名
アデノウイルス呼吸器感染症	2名