



ほけんだより 7月号

令和7年7月1日
西国分寺保育園
園長 奥野かよ
看護師 久保田 佐原 山本

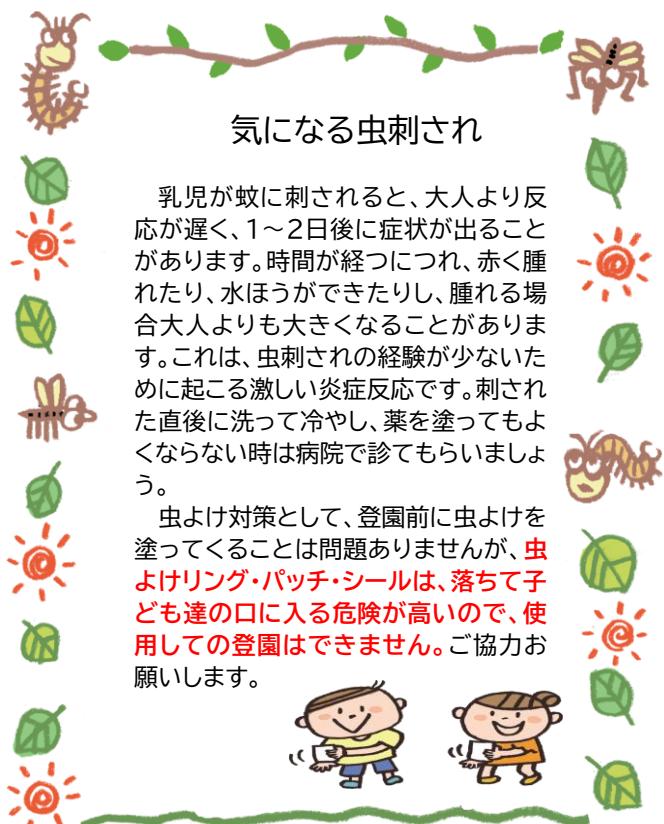
熱い日が続くようになり、熱中症が心配な時期となりました。体が暑さに慣れていない梅雨明けや急激に気温が上がった日は特に注意が必要です。普段からの外遊びで身体を鍛え、喉がかわいていなくても水分をこまめに摂取するようにしましょう。

● 日射病
● 热射病に 注意

● 外で強い日ざしにさらされ
て起ころのが日射病、蒸し暑い所に長時間いて起ころのが熱射病。総称して熱中症といいます。

予防のポイント♪

炎天下であそばない 日ざしが強いのは、午前10時ごろ～午後2時ごろ。この時間帯の外あそびは30分ほどで切り上げて。	ベビーカーは短時間で ベビーカーは、アスファルトの照り返しで熱がこもります。長時間の移動は避けましょう。
外と家との温度差に注意 涼しい室内から急に気温の高い外に出ると、体力が奪われて危険です。	子どもを一人にしない 子どもを車や部屋に一人で残さないで。クーラーをつけていても危険です。
つばの広い帽子をかぶる 頭だけでなく、後頭部や首も、日光から守りましょう。	こまめな水分補給 少量の水分を30分を目安に、こまめに飲ませます。



水遊びが始まります！

毎朝の体調チェックをお願いします。

- 熱はないですか
- 食欲はありますか
- 前日、良く眠れましたか
- 目やにや充血はありませんか
- せき・鼻水は出ていませんか
- 皮膚に異常はありませんか、爪はのびていませんか
- ホクナリンテープ(気管支拡張剤)は貼っていませんか

ご心配なこと、気になることがありましたらクラス担任または看護師までお声掛けください。

7月の保健行事予定	
8日（火）	0歳児身体測定
9日（水）	1歳児身体測定
10日（木）	2歳児身体測定
11日（金）	幼児身体測定
16日（水）	0歳児健診



6月の感染症報告	
• RSウイルス感染症	1名
• 急性結膜炎	2名
• 伝染性膿痂疹（とびひ）	1名