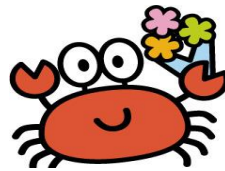




ほけんだより8月号



令和5年8月1日
青梅みどり第二保育園
保健室

暑い日が続いています。関東地方は7月22日梅雨明けの発表がありました。水分補給や休養を取りながら熱中症対策をしましょう。7月中保育園では、ヘルパンギーナのためのお休みが特に多く見られました。また、熱性けいれんになって、救急搬送された子もいました。新型コロナウイルス感染症の報告もあります。

帰省や旅行や集まりで人に会うことが多い時期です。手洗い・うがい・換気などの感染症対策を引き続きよろしくをお願いします。

保健行事予定

8月2日(水) 乳児健診 午後1時30分ごろ

9月5日(水) 乳児健診 午後1時30分ごろ

10月5日(木) 全園児健診

※午前9時30分頃から

※0歳から5歳対象

※9時までに登園をお願いします。

7月の感染症	罹患者数
ヘルパンギーナ	10名
熱中症	4名
熱性けいれん	4名
中耳炎	2名
新型コロナウイルス感染症	1名
手足口病	1名
水虫	1名

な・り・や・す・い・の・は・こ・ん・な・人
夏バテに

- 食事は麺類や菓子パンで済ませることが多い
- 冷たいジュースをよく飲む
- 冷房で部屋をキンキンに冷やしている
- 1日中ごろごろスマホを見たり、ゲームをしている
- ほとんど運動しない
- お風呂はシャワーだけで済ませる
- つい夜ふかしをしてしまう



チェックがたくさんついた人ほど

夏バテの危険 大!

夏バテ予防の基本は、規則正しい生活リズム、栄養バランスのいい食事、十分な睡眠、適度な運動です。冷房の設定温度も下げすぎないようにしましょう。



水難事故に気をつけましょう

7月21日に川遊びをしていた小学6年生の女子児童3人が溺れて死亡したというニュースがありました。大変ショックな出来事でした。

毎年夏は、水難事故のニュースがあります。今年は、新型コロナウイルス感染症が5類感染症に移行しました。そのため、昨年よりお出かけする人が多いといわれます。

子どもに、目を離さないようお願いします。

