



ほけんだより

2022年 8月1日 No6 りすのき保育園

夏がきた！と感じるのが、地域の公園の沢山のセミの声です。セミの声で夏の訪れや、夏の終わりを感ぜられるのは、素敵な環境だと改めて思います。

暑さも厳しくなっています。熱中症に注意してお過ごしください。そして、コロナウィルス感染症が型を変え、また、猛威を振っています。ご家庭で広がっているケースが多いようですので、感染対策をしっかりと元気に過ごしてください。

今月の予定			
身体測定	17日(水)	全園児	
0歳児健診	30日(火)	くるみの部屋	14:00~15:00 園医、大池先生による診察です。

全国的にコロナウィルス感染症が多く発症しています。体調に少しでも不安のある方は、自宅で様子を見るようお願いいたします。喉の痛みや発熱、咳などの症状が主にあるようです。また、ご家族に心配な症状がみられる時も合わせて様子を見ていただくよう、ご協力をお願いいたします。受診できる時は診察を受け、医師の指示に従ってください。引き続き、園でも換気、消毒等を続けてまいります。

熱中症 & 汗臭さ 対策に！ “濡れタオル” で水分をプラス

汗は皮膚から蒸発するときに、体の熱を奪って体温を下げます。汗に水分が加わると、蒸発する量が増え、熱をたくさん奪ってくれるのです。また、汗臭さの原因になる皮膚の細菌や皮脂も水分が絡め取ってくれます。

濡れタオルがなければ、汗拭きシートでも大丈夫。ぜひ「水分をプラスする」ことを意識してみてください。

汗を拭くとき、どちらのタオルを使っていますか？

濡れタオル 乾いたタオル

実は、暑い夏には「濡れタオル」が効果的。

汗をよくかく季節です。

皮膚の清潔を保ち、湿疹や掻き壊しなどから思わぬ感染症にならないように、注意しましょう。



8月7日は鼻の日です

鼻は、呼吸をしたり、匂いを感じたり、味を感じたりするときに大切な働きをしている器官です。また、鼻や耳や目は細い管でつながっているので、風邪を引いて鼻が詰まると、目やにが出たり、耳が痛くなったりする事は、子どもによくある事です。気を付けましょう。

子どもは良く鼻血を出します。心配する事はありません。しかし、対応を間違えると症状が悪化してしまいます。落ち着いて対応しましょう。また、家族以外の方の血液を素手で触らないように気を付けて対応するようにしましょう。

わっ、鼻血だ！ こんなとき、どうする？

A 上を向く

B ティッシュを詰める

C 鼻をつまんで下を向く

正解は **C**

上を向くと、のどに血が流れてしまうので、絶対にダメ！ また、ティッシュを詰めると、鼻の中を傷つけてしまうかもしれません。

鼻血が出たら、まずは落ち着いて鼻をつまみ、そのまま下を向いて血がとまるのを待ちましょう。



蚊が好きな色は何色!?

かゆ〜い！ 蚊に刺された！ チューチューと血を吸い、肌をかゆくさせて、みんなを困らせる“蚊”。

そんな蚊は、ある色の服を着ている子が大好き。何色がわかりますか？

白色 黄色 黒色

…正解は「黒色」。蚊がわかるのは「黒」と「白」の2色だけで、特に黒色が好きなんだとか。シマウマの黒い模様には蚊がたくさん集まったという実験結果もあるそうです。

服てできる蚊対策!

白色など明るい色の服を着よう

長そでや長ズボンで、肌が出る部分を減らそう

虫よけスプレーは、保育園では戸外で遊ぶときに、園で販売しているディートの入っていないものを使用しています。朝晩、自宅でご使用されているものは、お持ち帰りください。園の虫よけスプレーは大人が管理しているので、子どもが自由に使用することはありません。お持ちになったものを子どもが使用し、間違えて他児の顔にかかってしまう事も考えられます。危険なので、よろしくお願いたします。

今月も、元気に過ごせますように