

梅雨が明け、本格的な夏が到来しました！朝からとっても暑いですが、こどもたちは元気いっぱい水遊びや虫探しなど夏の遊びを満喫しています。熱中症に十分注意しながら過ごしていきたいと思います。暑い夏を元気に乗り切りたいですね！



## 暑い夏を元気に乗り切るポイント

### 1. 水分補給

大量に汗をかくと、脱水症状を起こし、熱中症の原因にもなります。こまめな水分補給を心がけましょう。



### 2. 皮膚のケア

こまめに汗をふいたり、シャワーを浴びたりして、皮膚を清潔に保ちましょう。



### 3. 紫外線対策

外出時は帽子をかぶり、日焼け止めを塗るなどの紫外線対策も忘れずに。



### 4. 室温管理

高温・多湿など条件がそろえば、室内でも熱中症は起こります。エアコンをしっかりと使しましょう。ただ、冷やしすぎには要注意。設定温度 27～28℃を目安にしましょう。



## 最新感染症情報

手足口病、溶連菌感染症、アデノウイルス(プール熱)、はやり目、ヘルパンギーナなど、色々な感染症が園内で広がっています。

体調が悪い時や病み上がりなど、普段より抵抗力が落ちている時などは感染症にかかりやすいです。そのため、次々といろいろな病気に感染してしまう子どもも多いです。また、同時に複数の病気に感染してしまう子どももいます。

保育園は集団生活の場所なので、どうしても感染が広がりやすいです。蔓延防止のためにも、登園前にお子さんの全身状態をしっかりと確認してください。今流行中の感染症の中には、発熱等の風邪症状が出るものだけでなく、発疹や目やに、目の充血などの症状が出るものもあります。気になる症状が見られたら、ご家庭での経過観察と受診をお願いいたします。

今はあまり広がっていませんが、毎年この時期にはとびひの子どもが増えてきます。掻きむしったりしてジュクジュクしている傷がある時や、鼻水が良く出て鼻の中や下のあたりがただれたようになっている時などは、とびひになりやすいです。ポツポツと広がってくる前に、しっかりと受診して治療することをお勧めします。とびひの症状がみられる時には、プールには入れません。患部に触れることですぐに感染が広がってしまうので、ガーゼ等で覆うことができない場所がとびひになってしまった時や、患部を触ってしまうような時には登園を控えていただくこととなります。症状がひどくなると治療までに時間がかかってしまうこともあります。悪化する前に早めの対応をお願いします。