



たんぽぽだより



令和6年7月号 No.108
 砂川市病児・病後児保育施設
 TEL 0125-54-2278

本格的な夏がやってきました。強い日差しの中で心配になるのが熱中症です。0.1.2歳児の頃は、体温調節が未熟で代謝も活発なので、多くの水分が必要です。子ども達は暑くても夢中になって遊ぶので、のどが乾かなくてもこまめに水分補給をしましょうね。

先月は、急性上気道炎、感染性胃腸炎、中耳炎などでの利用がありました。



手足口病にご注意を

てのひら、足の裏、口の中に小さな（米粒大の）発しんや水ぼうがができる手足口病。実は、おしりや皮膚のやわらかい所にもできたり、痛みやかゆみを伴い発熱したりすることも。また、口内炎が悪化して食欲が落ちたり、まれに髄膜炎などの合併症を起こしたりすることがあるので、注意が必要です。



登園は、熱が下がり、1日以上たって普通の食事ができるようになってから。

熱中症を防ぐポイントを知ろう！

子どもが安全に外遊びを楽しめるよう、ポイントを知っておきましょう。



7～9月の
 10～14時は、
 外遊びに要注意！

夏の10～14時は日差しが強く気温が高いので、外で過ごすのはできるだけ避けて。また、暑い日は室内でも熱中症になることがあるので、エアコンを適切に使しましょう。

顔が真赤で
 ちょっと疲れた表情
 ↓
 すぐに涼しい所で
 休ませて

顔が真っ赤で表情に元気がなく、汗をたくさんかいていたなら、すでに軽い熱中症になっています。すぐに涼しい所で休ませ、水分をとらせましょう。



元気そうでも
 様子をよく見て
 水分補給

子どもが元気に遊んでいても、しっかり様子を見てこまめに水分をとらせましょう。「のどが渇いた」と感じる前に水分補給をすることが大切です。

