



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、まれに髄膜炎ずいまくえん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!

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



元気そうでも
 様子をよく見て
 水分補給

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。

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。

