



令和8年7月 白鳥保育園 看護師

6月の感染症

- 溶連菌感染症（本園1名）
- ウイルス性胃腸炎（分園5名）
- ヘルパンギーナ（分園1名）
- おたふくかぜ（本園1名）

梅雨も明け、夏の日差しが降り注ぎ、熱中症が心配な季節になりました。白鳥保育園では、園庭の日よけ設置、こまめな水分補給、屋外での活動の時間を調整するなど常に体調に気を配り、熱中症対策に取り組んでいます。また今月から水遊びも始まります。水遊びは体力を消耗するためご自宅でも、朝の水分補給、朝食、体調確認をよろしくお願いします。

熱中症の対処法

涼しい場所に寝かせる



日陰やクーラーの効いたところなど、涼しい場所に移動し、衣類をゆるめてらくにさせます。湿ったタオルなどで体を拭き、うちわであおぎます。首、脇の下、足の付け根に冷やしたタオルや冷却シートなどをあてて、体を冷やします。

水分をとる



少量の水分を数回に分けて与えます。多量の水は嘔吐をするので避け、電解質の入っている経口補水液を与えましょう。



こんな症状が出たら医療機関へ

- 唇が乾いている。
- 尿の量が少ない。
- 顔色が悪く、
- 呼びかけに応えない。
- 体温が40℃を超えている。
- けいれんを起こしている。

汗をかこう！

汗をかくことは、元気な体づくりにつながります。人の体は汗をかくことで体温や水分量を調節し、新陳代謝も活発になるからです。その他、体内の疲労物質を排出したり、自律神経のバランスを整える役割も果たしています。

汗をかいた後は…

子どもは大人よりもたくさん汗をかきます。皮膚の抵抗力も弱いので、あせもがでやすくなります。こまめに汗を拭き、衣服を取り替えましょう。水分補給も忘れずに行いましょう。

水遊び前は健康状態をチェックしよう！！

- ・体温、顔色、機嫌
- ・睡眠時間
- ・下痢をしていないか
- ・発疹はないか

（とびひ、水イボなど）

- ・目やには多くないか
- ・食欲はあるか

プールで感染しやすい病気もあります。また、普段よりも体力を消耗します。安全のためにも気になる症状があるときは、必ず相談しましょう。