

8月のほけんだより

令和3年8月1日

ひかり保育園

保育園が始まって1か月が経ちます。みんな少しずつ園生活を楽しめるようになってきました。一方、体や心に疲れが出てくる時期にもなります。お休みの日もあまり生活リズムを崩さず、休息もしっかりとって8月も楽しく過ごしましょう。

熱中症にご注意！

まだ自分の気持ちをうまく言えない子ども達に代わり、熱中症にならないように見守っていきましょう。

主な症状

- 発熱
- ぐったりする
- 吐き気
- 頭痛
- 眠気

※けいれんを起こしたり意識を失う事もあります

予防方法

- ◆ 扇風機やエアコンを使って部屋の環境を整えましょう
- ◆ 暑い時間帯の外出はなるべく避けましょう
- ◆ 外へ出る時は帽子をかぶり、日陰を選びましょう

水分補給のコツ

- 水分は吸収の良い湯冷ましや麦茶などがお勧め
 - お散歩の前後や、途中にあげましょう
 - 30分に1度、少量ずつが理想です
 - 嫌がる時は無理に飲ませず、時間をおいてみましょう。
- ※日常的にスポーツドリンクを飲む必要ありません。

登園後の体調不良について

0~2歳の頃は色々な病気をもらいやすく、お休みの多くなってしまいう子が多いのが特徴です。

体調が良くない中、無理をしてしまうと悪化してつらい思いをさせてしまう恐れがあります。

また、保育園では安静を保つ事が難しく、お友達への感染の恐れも考えられます。

そのため**体調が崩れてしまった場合ご連絡をさせていただきます。**

お忙しいとは思いますが、**ご都合をつけて頂きお迎えをお願いいたします。**

また病気だけでなくケガなどでご連絡する場合がありますので、連絡がとれるよう、ご協力をお願いいたします。

飲み始めたお薬や小さな変化も、遠慮なく教えてください

内科健診のお知らせ

8月2日(月)

14時20分~

保育園は年2回の内科健診が義務付けられています。

体調を整えて、できる限り受診が出来るよう、ご協力をよろしくお願いいたします。

当日家庭保育の予定の場合、健診の時間だけ登園をする形でも受診可能です。お気軽にご相談ください。

