



保健だより



本格的な梅雨に入り、蒸し暑い日が続いています。熱中症は、気温が高い戸外だけでなく室内や、車内、気温が低くても湿度の高い日にもおきます。こまめな水分補給、しっかりと食事を摂る、十分な睡眠で疲れをとるなどし、家族みんなで元気に過ごせるようにしましょう。

熱中症の症状



- ★顔がほてっている
- ★触れると体が熱い
- ★大量に発汗している
- ★だるそうにしている・動きたがらない
- ★めまいをおこしている
- ★吐き気、嘔吐をおこしている
- ★頭痛や腹痛を訴える

「熱中症？」と思ったら ～意識がある場合～

★涼しい所で休ませる

エアコンが効いている室内や、風通しのよい日陰など、涼しい場所に本人が楽な姿勢で寝かせ、衣服をゆるめましょう。



★水分の補給

イオン飲料など少量の塩分が入った水分を飲ませましょう。ただし、意識がない時は、飲ませないでください。



★体を冷やす

首の周り、わき、足のつけ根に、冷たいタオルや、タオルに包んだ保冷剤などを当て、風を送り体を冷やしましょう。



こんなときは救急車を



- 意識がない
- 自力で水分の補給ができない
- けいれんを起こしている
- 熱が下がらず、ますます上がっていく

《園での熱中症予防のための取り組み》

戸外へ出る場合は黒球式熱中症指数計で暑さ指数を確認したり、熱中症警戒アラートの有無を確認しています。



各保育室には、熱中症計を設置し、屋内の熱中症予防に努めています

6月11日～聴力検査をしました。

幼児期は言語獲得の大事な時期にあたるため、聞こえの確認が大切です。園では、オーディオメーターを使って聴力検査をしています。(にじ・つき・ほし組の園児)



事前に不安が少なく検査が受けられるよう、実物のオーディオメーターや、絵を使って簡単に説明しています。「音が聞こえたらおしえてね。」とヘッドホンに耳を当て、右耳・低い音→高い音→左耳・低い音→高い音と順に音を出し、検査をしていきます。

検査当日、音が聞こえると、手を上げたり、『聞こえたー。』『(音が) なった。』と教えてくれたり、『ピーときこえる。』など、どんな音が聞こえたか教えてくれる子もいました。また、とっても緊張している子もいました。

ヘッドホン



オーディオメーター