

# 鱒ヶ沢町病後児保育通信

平成30年度

夏号

## おひさま



### 《夏を元気に過ごしましょう》

これから本格的な夏がやってきます。夏ならではの遊びで、子ども達が十分に楽しめるようにしていきたいですね。暑い日が続くと熱中症やヘルパンギーナ、手足口病などといった感染症が流行してくる時期です。水分補給や体調管理に気を付けながら涼しい時間帯は外遊びをして、暑さに負けない体づくりを心がけましょう。

#### ～夏に多い感染症～

- ・ヘルパンギーナ
- ・手足口病
- ・咽頭結膜炎（プール熱）
- ・流行性咽頭炎（流行目）

◎飛沫感染や接触感染が主なので手洗い、うがいをしっかりと行い予防しましょう。

### 夏の水分補給

人は汗をかくことで、体温調節しています。体内の水分が不足すると、汗が出せず体温が上がってしまいます。特に子どもは脱水症状を起こしやすいので注意が必要。こまめに水分補給を！

#### クイズ”正しい水分補給はどっち？”

##### ① 飲み方は？

- Ⓐ 1回にたくさん飲む
- Ⓑ 1回分は少なめに、回数を多く飲む

##### ② 飲むなら？

- Ⓐ 炭酸飲料やジュース
- Ⓑ 水や麦茶

##### ③ いつ飲む？

- Ⓐ のどが渴いたら飲む
- Ⓑ のどが渴く前から飲んでおく

※このクイズは、正しい水分補給の方法を学ぶためのクイズです。正解は、①はB、②はB、③はBです。



### 熱中症に 注意しましょう！

暑い日が続くと体調の悪い子や寝不足の子どもは、熱中症にかかりやすくなります。体温が高くなり、まったく汗をかかない状態になったら危険信号。すぐに涼しい場所へ移動し体を冷やし、水分補給をしましょう。熱中症の予防策は、こまめに水分を取ること、屋外では帽子をかぶり、できるだけ日陰にいますることです。子どもの体調の変化には十分気を付けましょう。



### 《病後児保育『おひさまルーム』ご利用について》

☆日 時：月曜日～土曜日 午前7時30分～午後6時

※ただし、日曜日、祝日、お盆（8/13～15）、年末年始（12/29～1/3）、  
鱒ヶ沢こども園の行事等により利用困難な日はお休み

☆料 金：500円～2,000円（給食・おやつ代含む） ※利用条件により料金が異なる

☆対象児童：鱒ヶ沢町在住の満1歳から小学6年生までのお子さま

☆申込手続：利用日前日までに鱒ヶ沢こども園へ電話申込のうえ、利用申請書を提出 ※事前に登録申請が必要

☆持参する物：着替え・オムツ・医師の処方する薬など

☆その他：いつ頃から病後児保育の利用が可能なのか、必ず医師に確認して下さい。

◇詳しくは鱒ヶ沢こども園にお問い合わせください。（☎72-2067）

