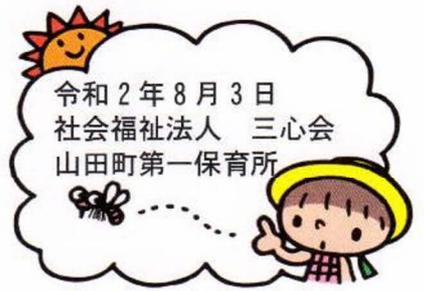




8月 ほけんだより



令和2年8月3日
社会福祉法人 三心会
山田町第一保育所

熱中症が心配な季節になりました。梅雨明け直後はまだ体が暑さに慣れていないので特に注意が必要です。水分補給や体調管理に気を付けながら、夏の楽しい思い出を作りましょう！

県内でも新型コロナウイルスの感染者が出ています。3密（密集・密閉・密接）を避ける・手洗い・規則正しい生活を心掛ける等、感染予防に努めましょう。一人ひとりの感染予防への心掛けが、多くの命を救う事につながります。

保育所でお子さんの体調が悪そうな時は、熱が高くなくてもおうちの方に連絡を入れる事があります。感染症蔓延予防のためですので、ご理解とご協力のほど、よろしくお願い致します。

プール遊びをする前日に「プールカード」をお渡しします。朝の体調を確認し記入して必ず持ってきてましょう。



とびひについて



主な症状

水ぶくれ
赤くジクジクしたただれ
強いかゆみ

とびひは「伝染性膿痂疹^{のうかしん}」と言う感染症です。あせもやアトピー性皮膚炎・虫刺され・すり傷等、触ったり掻いたりする事で傷口に細菌が繁殖して起こります。患部がジクジクしている時はガーゼ等で覆い、直接触れないようにしましょう。症状がひどい場合は抗生剤を内服したり、点滴をする事もあります。自己判断せずに受診しましょう。

掻きこわさないように、つめを短く切りましょう。



運動会の練習が始まります！

ケガを防ぐポイントです。毎日ケガがなく、元気に練習に参加できるよう、チェックしてみましょう。

- 早寝早起きをする
- 手足のつめを短く切る
- 朝ごはんをしっかり食べる
- 足に合った靴をはく
- 体に合った服を着る
- 髪が長い子は、髪を結ぶ

水分補給の落とし穴

水分補給は大切ですが、糖分のとり過ぎると食欲が落ち、体力低下にもつながります。ジュースやスポーツドリンクには糖分が高い物が多いので、気を付けて飲むようにしましょう。

おねがいします！

感染症予防のため、登所・降所等で保育所に入る時は、手指の消毒とマスクの着用をお願いします。