✧ 夏、真っ盛り!

暑さに負けず、元気に水遊びや、外遊びをする子ども達の姿が見られます。今月からプール遊びが始まり、子ども達もとても楽しみにしているようです。水に触れることで皮膚を丈夫にし、心肺機能も高めます。また、体を動かすことで気持ちも開放的になることができます。水分補給や体調管理に気をつけながら、暑さに負けない体づくりを心がけていきたいと思います。

✧ 楽しいプールの前に

- 持ち物にはすべて名前を記入ください。
 - 耳、鼻、喉、目、皮膚の病気は治療を済ませておきましょう。また、治療中の病気があれば、事前にお知らせください。
 - 爪を切りましょう。長いとケガの原因となります。
- 登園後に体調が悪くなった時はプールに入れないことがあります。ご理解の程、よろしくお願致します。

✧ 日射病、熱射病に注意

外で強い日ざしにさらされて起こるのが日射病、蒸し暑い所に長時間いて起こるのが熱者病。総称して熱中症といいます。

予防のポイント♪

- ①炎天下で遊ばない
- ②外と家の温度差に注意
- ③つばの広い帽子をかぶる
- ④ベビーカーの使用は短時間で
- ⑤子どもを一人にしない
- ⑥こまめな水分補給を

✧ 水いぼQ&A

- Q, 水いぼってなに?
A, 伝染性軟属腫ウイルスが原因でできるいぼで、お腹、わきの下などにでき広がる。
- Q, うつるの?
A, いぼがつぶれて中の液がつくとうつります。体の接触、タオルの共有は避ける。
- Q, 登園やプールは?
A, 登園の制限はありません。傷がじゅくじゅくしてる時はプールは出来ません。
- Q, どうやって治すの?
A, アトピー性皮膚炎の子や、かゆくてかきこわしてしまう場合は医師に相談し治療を。