



8月のほけんだより

令和3年8月発行
島こども園



蒸し暑い日が続いていますが、こどもたちは暑さにも負けず、プールで水遊びをしたり、全身に汗をかきながら遊んでいます。こまめに水分を取りながら、熱中症には十分気をつけていきたいと思ひます。

夏の日ざしに注意

紫外線の浴びすぎはよくありません。夏の外出時には、必ず紫外線対策をして出かけましよう。

紫外線を防ぐ4つのポイント

- ① 日ざしの強い朝10時から14時までの外あそびは避ける
- ② つばの広い帽子をかぶる
- ③ 日焼け止めを塗る
- ④ 長時間、日なたにいない。外出するときは、日陰で休憩する

※紫外線が増えるのは5月から。また、9月まではしっかり対策をとりましよう！

食中毒を予防ましよう

食中毒が発生しやすくなっています。子どもたちの健康を守るためにも、この時期はご家庭でも、いつもより衛生的に過ごすように心がけてください。

予防のポイント

- ① 新鮮な食材を使う。調理してから時間がたったものは食べない
- ② 魚や肉は十分に火を通す
- ③ 賞味期限や冷蔵庫を過信しない
- ④ まな板や包丁などはまめに熱湯消毒や漂白剤で殺菌する
- ⑤ 調理前や食事の前、トイレの後にはせっけんで手指を洗う
- ⑥ 手指に傷がある場合はブドウ球菌に感染しやすいので注意する



7月の罹患状況

熱	16名
咳	4名
腹痛	2名
頭痛、咽頭痛	1名
通院	4名

園では熱中症予防のため、活動の前後や汗をかいたときに水分補給をしています。

お昼寝の時は、エアコンを使用し、涼しいところで休んでいます。

登園時、体調に変化があるときはお話をして下さい。

