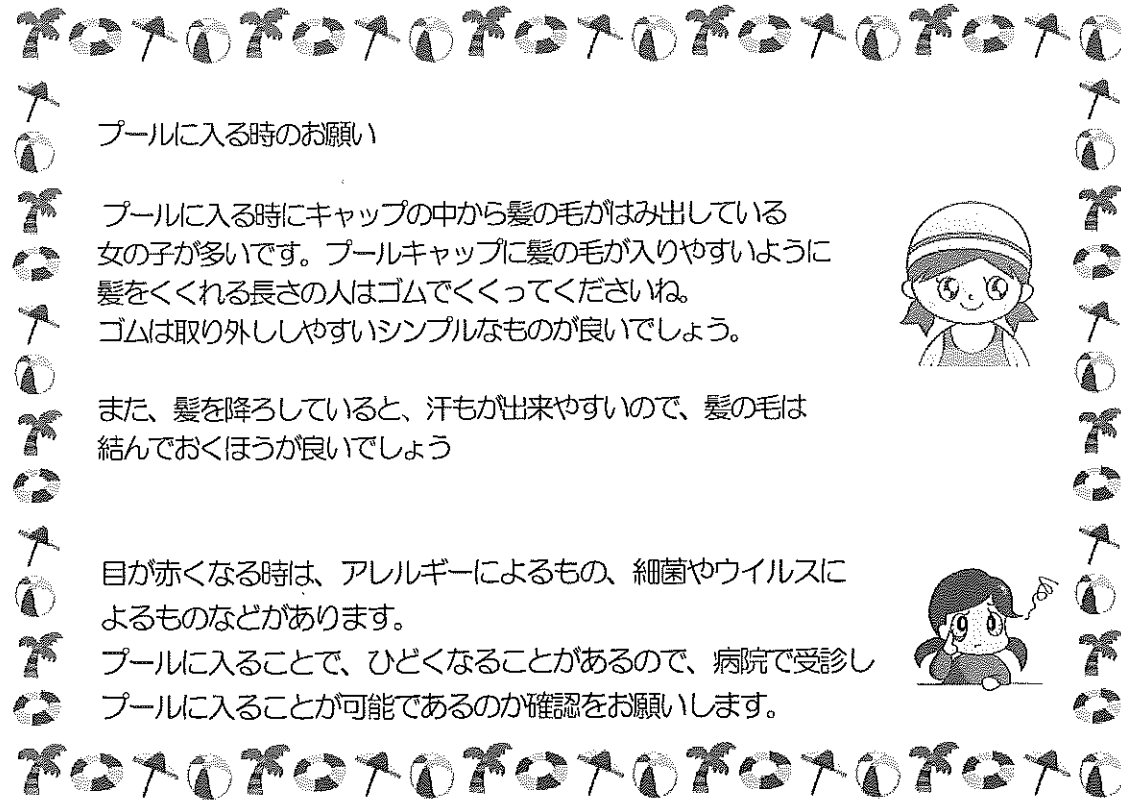


# ほけんだより 8月号

令和1年8月6日 野上あゆみ保育園

梅雨が明けると、急に暑い夏の日々が続きます。

保育園では、熱中症を予防する為に冷房を使い水分補給をしっかりとしていますが熱中症や夏バテを予防するために、食事をしっかり食べて夜はぐっすり眠れる様にして、体調を整え、楽しい夏を過ごしたいですね。



プールに入る時のお願い

プールに入る時にキャップの中から髪の毛がはみ出している女の子が多いです。プールキャップに髪の毛が入りやすいように髪をくくれる長さの人はゴムでくっつけてください。ゴムは取り外ししやすいシンプルなものが良いでしょう。



また、髪を降ろしていると、汗もが出来るやすいので、髪の毛は結んでおくほうが良いでしょう

目が赤くなる時は、アレルギーによるもの、細菌やウイルスによるものなどがあります。

プールに入ること、ひどくなることもあるので、病院で受診しプールに入ることが可能であるのか確認をお願いします。



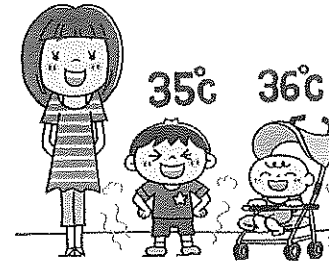
流行性角結膜炎（まぶたの裏にぶつぶつ、充血、まぶたの腫れ、流涙）

プール熱（咽頭結膜熱）（結膜にブツブツができる 発熱がある）

急性出血性結膜炎（突然眼球結膜に出血をおこす、ゴロゴロ感 充血まぶしさ、結膜にブツブツが出る）

有効な点眼薬はありませんが、補助的に抗菌点眼薬、ステロイド点眼薬を使うことがあります。ウイルスに対する抵抗力をつけるために休養を十分にとり、ほかの人にうつさないように注意をしましょう。

## 32℃ 熱中症に気をつけましょう



大人が感じる以上に身長の高い子どもは暑く感じています。子どもを連れての外出では子どもの体調に注意しながら過ごしましょう。また、遠出をする時は無理のない計画にしましょう。

## 大人用のトイレの使用について

給食室横のトイレを在園児が使っている姿を見かけますが、不特定多数の人が使う大人用のトイレではなく、クラスの子ども用のトイレを使ってください。

（体調が悪くて事務所で寝ている時に使っています。）

## 8月の乳幼児健診

会場：宝塚市立健康センター（電話：0797-86-0056）

費用：無料

健診名	健診日	対象者	受付時間
4か月健診	8月 7日(水)	平成31年3月16日～31日生	13:00～
	8月21日(水)	平成31年4月 1日～15日生	14:15
10か月健診	8月 1日(木)	平成30年9月 1日～15日生	13:00～
	8月 8日(木)	平成30年9月16日～30日生	14:15
1歳6か月健診	8月 2日(金)	平成30年 1月 1日～15日生	12:45～
	8月 9日(金)	平成30年 1月16日～31日生	14:00
3歳児健診	8月 6日(火)	平成28年 2月 1日～15日生	12:30～
	8月20日(火)	平成28年 2月16日～29日生	14:00