



# ほけんだより 8月

社会福祉法人 誠和会 ひまわり保育園  
看護師 上東



どんよりとした天候が続き、スカッと晴れた夏空が恋しい今日この頃。  
今年の梅雨は、長く天候の安定しない日々が続いています。日差しはありませんが湿度が高いと汗が蒸発せずに熱がこもりやすくなってしまいますので熱中症には十分に注意しましょう。クーラーの冷房や除湿機能をうまく使いながら夏を乗り切りましょう。  
新型コロナウイルスの感染者数が全国的に増えています。なるべく人混みを避け、手洗いうがいの予防行動を引き続き行いましょう。



## 7月 感染症発生者数

**突発性発疹 1名**

皮膚症状が出た場合ははやめの受診をするようにしましょう。

## 手洗い集会がありました



全国的に新型コロナウイルスの感染者数が急増しています。7月27日に手洗い集会を実施しました。咳や鼻水などを介した飛沫感染のお話や手洗いのタイミングや汚れの残りやすい場所について、真剣に聞いている様子でした。

どれだけ目に見えない汚れが残っているか手洗い実験を行うと、あまりにも汚れが残っていたことにびっくりした様子で、その後手洗いの歌をうたいながら真剣に手を洗う様子が園ではみられるようになりました。ご家庭でもご家族みんなでごまめな手洗いを心掛けましょう。

## 熱中症に気をつけましょう

熱中症は炎天下だけではなく、湿度の高い室内でも起こります。通気性の良い服を着せ、こまめな水分補給を心がけましょう。

また、子どもを車や部屋に **1人で残さないようにしましょう！！**  
クーラーをつけていても触って電源を切ってしまう可能性もあります。



## 寝冷えに注意

クーラーを使用する時期となりました。冷やしすぎなど寝冷えには注意しましょう。クーラーはタイマーを使用し、寝入りは涼しく、クーラーの風が直接当たらないように風が壁に一度あたるように調節すると寝冷えを防ぐことができます。また、お腹にはタオルケットなどをかけるようにしましょう。



## 夏も肝心なスキンケア

乾燥肌や湿疹があるお子様が多く見られます。また、気温や湿度も高くなり、汗をかきやすい時期になりました。皮膚を清潔に保ち、快適な毎を送れるようにしましょう。

お風呂上りは、バスタオルでしっかり体を拭きましょう。湿疹等があるときは、上から優しく押さえて水気を取りましょう。



暖かい時期であっても、お風呂上りの清潔な状態で、保湿クリームつけるようにしましょう。また毎日皮膚の状態を観察し、湿疹や発赤がひどい時には受診しましょう。

