



# 9月保健だより



社会福祉法人後楽園  
保育園ゆりかごの家  
病後児保育ナーサリールーム  
2024年9月1日

温暖化の影響で、日中の暑さが続いています。子どもたちは、運動会の練習に打ち込む毎日です。夏の疲れや朝晩の気温の変化に注意し、生活リズムを整えて、十分な栄養補給と睡眠に心掛けましょう。

当園では、熱中症警戒アラートに注意し、保育を行っています。



## 熱中症の予防について 考えたよ！（ぞら組）

① 直射日光を避けて涼しい所へ避難する！・・・陰の所や冷房のある室内の涼しい所で休む。



② 水分・塩分補給をする！  
・・・スポーツドリンク・お茶、塩分チャージなどを取る。



③ 体を冷やして熱をさげる！  
・・・動脈の通っている首筋、脇の下、足の付け根など冷やして体温を下げる。

## 秋に流行する病気

### ① RSウイルス感染症

**症状**—咳、38～39℃発熱、鼻水、特に2歳未満児は、気管支炎、肺炎に注意!!  
**経過**—呼吸困難があれば、早急に受診しましょう。



### ③ 感染性胃腸炎

原因

- A) ウィルス— ロタ・ノロ・アデノ、かぜなど
- B) 細菌— O-157・サルモネラ、カンピロバクターなど

**症状**—急な嘔吐、下痢、発熱、腹痛、血便  
※ 園や家庭にも感染拡大の心配があります。

**経過**—受診後は、こまめな水分、経口補水液（OS-1）など、補給し、脱水予防に努めましょう!!

**感染予防のポイント**— ①石けんと流水でまめに手を洗う。

②タオルは個人用に、or、ペーパータオルを使用する。③吐物・排泄物のついた衣類は、85℃↑熱湯で1分間煮沸！または、次亜塩素酸 Na（ハイターなど）洗いが有効!!

☆消毒液の作り方～水（500ml）に対し、次亜塩素酸 Na（ペットボトルキャップ2杯）に汚物を30分浸す。

※今年は、マイコプラズマ肺炎が流行！長引く咳の時、早めに受診しよう。



手洗い・うがい・マスクで予防しよう。（出席停止疾患です。）