元　気

令和元年６月
東北文教大学付属幼稚園

梅雨の時期を迎え、雨の日が多い時期になりました。今年の初夏の気候は、例年以上に気温が高くなる日が多く、雨天でも、日中は蒸し暑くなる日が多いように感じます。日本気象協会でも、7 月から 8 月にかけての熱中症傾向は、東北地方でも「厳重警戒」との発表が出ているようです。幼稚園でも、日ごとの室温管理や、熱中症の危険指数の把握を心掛け、外遊びやプール遊びが安全に行えるようにしていきます。さらに、運動後だけでなく、水分摂取もこまめに行い、熱中症予防に努めていきたいと思います。

また、プールが始まると、流行しやすい感染症があります。幼稚園でも、プール遊びの後のシャワーや手洗い・うがい等、予防に努めていきますので、ご家庭でも、是非、観察と予防をお願い致します。

熱中症に注意しましょう

こまめに水分補給をしましょう。

日陰で休憩をしましょう。

十分な睡眠を摂りましょう。

一日三食、バランスよく
摂りましょう。

体調がすぐれない時は、無理を
しないようにしましょう。

汗をかく習慣をつけましょう。

なお、幼稚園では、その日ごとの熱中症指数を把握し、<u>戸外遊びやプール遊びが安全に行えないと判断した場合は、それらの遊びを見合わせることがあります</u>ので、ご承知おきください。宜しくお願い致します。

これからの季節に流行しやすい感染症

プールが始まると、流行しやすい感染症があります。子ども達が、大好きなプール遊びを目一杯に楽しめるよう、ご家庭と幼稚園とで連携しながら、子どもの健康観察と予防を心掛けていきましょう。

✿手足口病

主に、掌、足の裏に平らな楕円形の赤黒い水泡が出ます。また、口の中に直径２～３ミリの口内炎が多数出ます。

✿ヘルパンギーナ

３８度以上の高熱が２～４日続き、喉を中心に直径１～３ミリの口内炎が出ます。

✿咽頭結膜熱（プール熱）

３８℃以上の高熱が３～7 日続き、喉と目の両方に赤い炎症が生じます。