



令和3年6月21日 雲雀丘学園幼稚園

日ごとに暑さが厳しくなってきました。水遊びも始まり、いつもより子ども達は疲れやすくなっています。「早寝・早起き・朝ごはん」で体調を整え、夏を元気に過ごしましょう。また、先日イロドリンクでもお知らせしましたが、RSウイルス感染症による欠席が多くなっています。RSウイルス感染症は、2歳までにほぼ全員感染しますが、その後も感染を繰り返します。新型コロナウイルスの対策にともな



って、昨年、感染が広がらなかった結果、多くの子どもが免疫を持っていないことが影響して、今年は全国的に流行が急拡大しているようです。ほとんどの場合が風邪の症状ですみませんが、中には肺炎や気管支炎の原因になります。鼻水や咳等の呼吸器症状や息苦しい様子、食欲がないようなときは、早めに医療機関に受診しましょう。

健康診断の結果について

健康診断の結果、より詳しい検査が必要な人にはそれぞれの検診後に「治療報告書」の提出をお願いしています。また、検診をお休みした人には「検診結果報告書」の提出をお願いしています。すでに提出していただいている方もいらっしゃると思いますが、健康面・安全面の上からも治療を早めに済ませて頂き、その結果を園へ提出して頂きますようお願いいたします。

先月号でもお知らせしましたが、歯科検診の結果、むし歯のなかった園児・治療を済ませた園児にはプレゼントを渡すことになっています。プレゼントは7月1日にお渡ししますので、早めの受診・治療をお願いします。



◆夏に多い感染症◆



咽頭結膜熱(プール熱)



手足口病



ヘルパンギーナ

咽頭結膜熱(プール熱)は発熱や咽頭痛、結膜の充血などの主要症状が消退した後2日経過するまで、手足口病・ヘルパンギーナは罹患による欠席者が学級閉鎖以上に相当した場合は出席停止となります。出席停止後登園する際は、「出席停止解除証明」が必要になります。

「まさか!」に注意

熱中症

スポーツをやっているから体力には自信があるよ

気温や湿度が高いと、体は汗をうまく蒸発できません。朝食抜きや寝不足も熱中症の原因に。どれも体力があることとは関係ないので、休憩を忘れずに!

水に入っているからプールは大丈夫だよ

直射日光が当たると、水温がだんだん上がっていきます。暑さを感じにくく、のどの渇きに気づくのも遅れるので、こまめにプールから上がり、水分補給を。

夜寝ているときなら心配ないよね

寝ている間も汗をかくので、知らないうちに水分が失われていきます。寝る前にコップ1杯の水を飲み、エアコンを上手に活用しましょう。

水分補給のベストタイミングとは?

「のどが渇いた」と感じる水分不足のサイン。これって、実は脱水が始まる前兆なのです。気づかなかったり無視してしまうと熱中症になる可能性も。できればこのサインが出る前に水分をとるほうが体にはいいのです。

いつもより水分をたくさんとったほうがいいタイミング

- 寝る前や起きた後
- スポーツの前後・途中
- 入浴の前後

マスクをつけていると、マスク内の湿度が上がり、のどの渇きに気づきにくいので、注意が必要です。