

ほけんだより

令和2年
7月



暑い夏がやってきました。近年の気温上昇は35℃にも達する地域がある程です。熱中症に気を付けなければいけません。ご家族で過ごす時もこまめな水分補給と休憩をとりましょう。



6月17日に全園児対象の健康診断が行われました。お休みしたお子さんは次回7月15日の予定です。

保健指導を行いました！



3歳児クラス 「手洗い・うがい」「規則的な生活習慣」「コロナウイルスってなに？」

給食後のうがいを始めました。食べかすをうまく出せるか練習です。

4歳児クラス 「規則的な生活習慣」「コロナウイルスってなに？」「和式トイレの使い方」「夏の健康指導」「歯みがき指導」

給食後毎日歯みがきが始まりました。お家で仕上げみがきの際に園での歯みがきの様子を聞いたり、お口の中の観察をお願いします。

新しい歯ブラシを園で使い始めました。交換の時期が来ましたらお声をかけますので2本目からはご用意をお願いします。

5歳児クラス 「規則的な生活習慣」「コロナウイルスってなに？」「和式トイレの使い方」「夏の健康指導」「歯みがき指導」

給食後の歯みがきは、今年は飛沫防止でお友達と向かい合わずに行なっています。永久歯が生え始める時期は、虫歯になりやすい時期でもあります。お家での仕上げみがきをお願いします。

今月は保健指導がたくさんありました。どんな内容だったかお子さんに聞いてみてください。



環境省より「令和2年度の熱中症予防行動の留意点について」の通知がありました。

「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

- ・夏期の気温・湿度が高い中でマスクを着用すると、熱中症のリスクが高くなるおそれがあります。このため、屋外で人と十分な距離（少なくとも2m以上）が確保できる場合には、熱中症のリスクを考慮し、マスクをはずすようにしましょう。
- ・マスクを着用している場合には、強い負荷の作業や運動は避け、のどが渇いていなくてもこまめに水分補給を心掛けるようにしましょう。また、周囲の人との距離を十分にとれる場所で、適宜、マスクをはずして休憩することも必要です。
- ・新型コロナウイルス感染症を予防するためには、冷房時でも換気扇や窓開放によって換気を確保する必要があります。この場合、室内温度が高くなるので、熱中症予防のためにエアコンの温度設定をこまめに調整しましょう。
- ・日頃の体温測定、健康チェックは、新型コロナウイルス感染症だけでなく、熱中症を予防する上でも有効です。体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養するようにしましょう。
- ・3密（密集、密接、密閉）を避けつつも、熱中症になりやすい高齢者、子ども、障害者への目配り、声掛けをするようにしましょう。

このように、今夏は、これまでとは異なる生活環境下で、熱中症予防対策が必要となります。

保育園では熱中症予防対策として手作り塩分補給水（ろ過水に塩と砂糖を混ぜたもの）を1日1回飲むように準備しました。

出来る限りの感染症予防対策を行いながら、熱中症予防にもこれまで以上に気を付けていきたいと思っております。

