

プール遊びがいよいよ始まります。水に触れることで皮膚を丈夫にし、心肺機能も高めます。また、体を動かすことで気持ちも開放的になることができます。プール・水遊びを通して、心も体も鍛えていきましょう。

また、水分補給や体調管理に気をつけながら、暑さに負けない体づくりをこころがけましょう。



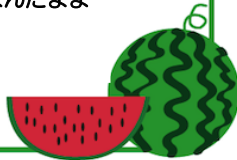
虫に刺されたときは

- ① 蚊の唾液を流水でしっかり洗い流す。
- ② 押さえ拭きをして、しっかり乾燥させる。
- ③ かゆみ止めや虫刺されの軟膏をぬる。

虫よけシールについて園でお預かりしているシールの張り替えは、雨の日は園庭で遊べないので、持ち帰りになります。

鼻血がでたら

- ① 鼻血を飲み込まないように前かがみに座り、小鼻を両側からつまむ。
- ② 冷たいタオルや保冷剤などで冷やすと止血しやすい。
- ③ そのままの姿勢 5 分ほど小鼻をつまんだまま待つ。



7月の行事



- 6日(火) 身体計測(4・5歳)
 - 8日(木) 身体計測(2・3歳)
 - 9日(金) 身体計測(0・1歳)
- の予定です。

<内科健診>

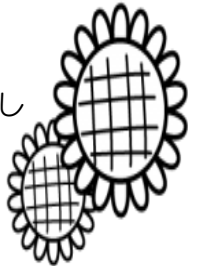
7日 13時から開始予定

<尿検査>

尿検査(3~5歳児)

7日(水)

21日(水) 予備日
後日検尿検査キッドをお渡しします。



夏に多い感染症

ヘルパンギーナ

突然の高熱と喉の痛み、口の中の水ぼう、口内炎が特徴です。症状が軽ければ1~4日くらいで解熱します。



手足口病

手の平、足の裏、口の中に水ぼうがで、発熱することもあります。食事は喉越しのよい物を食べましょう。



ウイルス感染によって起こる病気です。他人への感染力も強いので、必ず受診をして医師の診断を受けましょう。

プール熱

高熱が3~5日くらい続き、喉の痛み、目の充血やかゆみなど結膜炎のような症状も出ます。食事は消化のよい物を食べましょう。

流行性角結膜炎

目が腫れ充血し、多く目やにや涙が出ます。周りの人への感染源となるので、タオルは共有しないようにしましょう。