



# ほけんだより

令和3年6月  
玉島保育園



雨の季節になり、気温・湿度も高くなります。熱中症にならないためには、身体を徐々に暑さになれさせること、十分な水分補給や休息をとることが大切です。

また汗や熱を外へ逃がすために、通気性の良い衣服を選びましょう。

まだまだコロナウイルス感染拡大が収まらない状況ですが、健康面・衛生面に気をつけながら元気に過ごし、子どもの生命は大人が守りましょう。

## 6月の予定

- 6月8日（火）身体計測 4・5歳児
- 6月9日（水）身体計測 2・3歳児
- 6月10日（木）身体計測 0・1歳児

\* 例年歯科検診を行う時期ですが  
コロナウイルスの関係上見合わせて



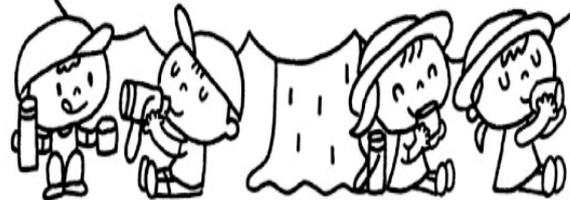
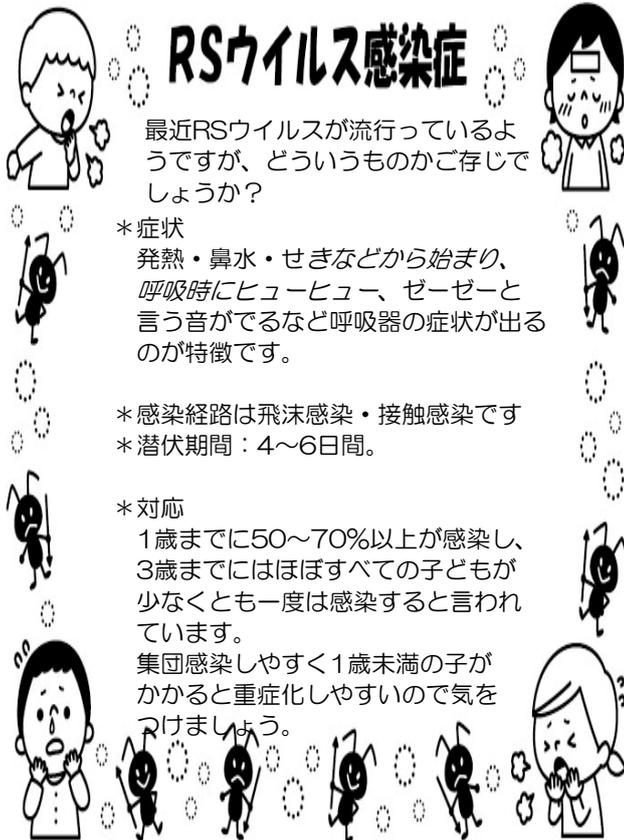
## 熱中症に気をつけましょう

子どもたちの身体にとって、太陽の光を浴びるのはとても大切です。そのために園では暑さ指数を参考にし日陰・打ち水の利用と休憩・水分の補給、風通しが良く薄い色の服を着るなどの対策で熱中症を予防しながら外の遊び・散歩をしています。

\* 塩分補給の為に朝食はしっかり取るようにしましょう。みそ汁がお勧めです。

**\* 太陽の光を浴びる事で \***

- ①骨・筋肉の発達を促し疲労回復・免疫力アップ
- ②心のバランス・体内時計を整えます。

## RSウイルス感染症

最近RSウイルスが流行っているようですが、どういものかご存じでしょうか？

**\* 症状**  
発熱・鼻水・せきなどから始まり、呼吸時にヒューヒュー、ゼーゼーと言う音ができるなど呼吸器の症状が出るのが特徴です。

**\* 感染経路は飛沫感染・接触感染です**  
**\* 潜伏期間：4～6日間。**

**\* 対応**  
1歳までに50～70%以上が感染し、3歳までにはほぼすべての子どもが少なくとも一度は感染すると言われています。  
集団感染しやすく1歳未満の子がかかると重症化しやすいので気をつけましょう。



梅雨に入り毎日がムシムシしてます。少し動くだけでも汗をかいています。長髪の子どもさんが多く見受けられます。時期的に頭じらみの発生もあります。これからシャワーも始まりますので、