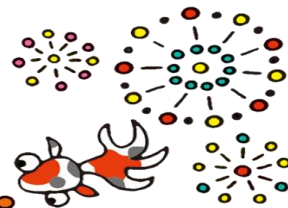


ほけんだより 8月号



令和8年8月1日 青梅梨の木保育園



厳しい暑さが続いています。熱中症指数モニターで熱中症指数（WBGT）を計測し、熱中症に注意しながら保育を進めています。食事と睡眠、休息をしっかり取って、暑い夏を元気に乗り切りましょう。

8月はレジャーの計画をされているご家庭も多いかと思います。事故やけがのないよう、お子さんから決して目を離さず、楽しい思い出を作りましょう。熱中症にはくれぐれもご注意ください。

「熱中症？」そのときに

子どもたちが大好きな夏ですが、熱中症には注意を。子どもに異変があったら、すぐに手当てをして重症化を防ぎましょう。



1 涼しい場所に移動する

風通しのよい日陰や涼しい室内に運んで寝かせ、服のボタンやベルトを外す。



2 体を冷やす

ぬらしたタオルで体をふき、うちわや扇風の風を当てて体にこもった熱を逃がす。



3 水分を少しずつ与える

麦茶や子ども用のイオン飲料などをひと口ずつ与える。一度に飲ませず、様子を見ながら。

- ☐ 冷やしたタオル
 - ☐ タオルに包んだ保冷剤
 - ☐ 冷えた缶ジュース
- などを挟んで冷やすと効果的



39℃以上の発熱があり、ぐったりして意識がないときは救急車を呼びます

水の事故に注意しましょう！

夏休みに入り、こどもの水難事故が相次いで起きています。川や海でこどもが溺れる事故を防ぐためにも、事故予防の備えをしっかりと行いましょう。

***水辺で遊ぶときは、お子さんから絶対に目を離さないようにしましょう**

***ライフジャケットを着用しましょう**

万が一のときに備えて、ライフジャケットを着用することが、命を守ることに繋がります。園では5歳児のデイキャンプのときに、ライフジャケットを着用してプール遊びを行い、着用する体験を行っています。

<ライフジャケットの選び方>

- ・脇や肩のベルトで調節できるもの（体にフィットするように）
- ・体に合ったもの（大きめのサイズは買わない）
- ・股下ベルトがあるもの（水中で脱げないようにするため）

