



2022年7月1日  
尚徳福祉会 仲町保育園  
看護師

日に日に日差しが強くなり、心弾む夏がやってきました。衛生面に気をつけて、お子さんの体調の変化に気を配って参りたいと思います。水遊びの季節到来です！水遊び後は、元気そうに見えても体は意外と疲れています。おうちでゆったりと過ごせるようにご配慮ください。



## ☀️ 水あそび OK? チェックリスト 🍉

熱は何度ですか？

37.5℃以上の熱は水遊びできない目安ですが、平熱はお子さんによって違うので、普段の平熱を確認してください。

目やにや充血はありませんか？

せき・鼻水は出ていませんか？

食欲があり、発熱などの症状がなければ、基本的には大丈夫ですが、かかりつけの医療機関にご相談ください。

**ホクナリンテープを貼っている**場合、水遊びはできません。

つめは伸びていませんか？

自分や、お友達を傷つけてしまいます。こまめに切りましょう。

皮膚に異常はありませんか？

水いぼがある場合は、必ず患部を覆って水遊びを行いましょう。

かぜ薬等、薬は飲んでいませんか？

\*毎朝の体調チェックをお願いします。

## ▽皮膚のケア▽

子どもは新陳代謝が活発で、たくさんの汗をかきます。放っておくと皮膚のトラブルにもつながるので、体を清潔にして快適な毎日を送れるようにしましょう。



汗をかいたら、こまめにシャワーを浴びましょう。

お風呂あがりは、バスタオルでしっかり体を拭きましょう。あせもができている時は、優しく押さえて水気をとります。



お風呂あがりの清潔な状態で、保湿クリームをつけましょう。

## 車内の注意点

エアコンをつけ、涼しくした車内でも熱中症には注意が必要です。水分補給はもちろん、日除けなども使用しましょう。また、車に長時間乗る場合は、こまめに休憩をとり、お子様をすこし歩かせるなど、外気にふれさせて気分転換をしてあげましょう。

## <7月の予定>

- 5日(火) 幼児身体計測
- 6日(水) 乳児身体計測
- 14日(木) 0歳児健診
- 21日(木) 0歳児健診

