



ほけんだより

2024年 8月
沼袋西保育園
看護師 :

梅雨が明けて、連日、暑い日が続いています。じりじりと肌に感じる日差しの強さや、絶え間なく響くせみの声に、真夏が来たことを強く感じます。日焼けしているお子さんも増えてきました。

都内で手足口病の流行が更に拡大しています。夏風邪で発熱や体調不良の人も増えています。

帰省や旅行など、楽しい行事を予定している方も多いことと思います。猛暑も楽しく乗り越えましょう。

*熱中症事故防止のため、気温 35℃以上の場合や、暑さ指数(気温と湿度から算出)が 3.1 以上の場合は、屋外活動は原則中止となります。光化学スモッグ注意報発令中も屋外活動はできません。

夏のやけど、思いがけない場所に注意

強い日差しで熱せられた公園遊具などの金属部分、アスファルトなど、夏は思いがけない場所にやけどの危険が潜んでいます。子どもは、大人に比べ皮膚が薄いことや体が小さく体表面積が少ないことなどから、重症になる傾向があります。高温になるものが周囲にないか確認しましょう。



事例1
日差しで滑り台が熱くなっていて、おしりをやけどした。(1歳)

事例2
屋外の機械式駐車場の上に座ってしまい、やけどをした。(0歳)



事例3
真夏の炎天下に駐車してあったチャイルドシートの金具が熱くなっていてやけどしそうになった。(2歳)

やけどの応急手当 すぐに「冷やす」ことが重要

流水で最低5~10分、できれば15~30分

- やけどした部分を流水で冷やす
- 水の勢い(水圧)は強くしない

服の上から直接流水

- 服の上からのやけどの場合は、服の上から流水などで冷やす。

※無理に服を脱がせると皮膚がはがれることがあるため注意が必要です。

耳や目などは冷たいタオルで

- 流水が当てられない目や耳などは氷や保冷剤を包んだ冷たいタオルで冷やす。

水ぶくれは破かない

- 水ぶくれは破れないようにし、清潔なガーゼで保護して受診する。

やけどの時は皮膚科か形成外科へ

すぐに受診

- 手や足の指(皮膚がくっついてしまうことがある)
- 陰部のやけど
- 水ぼう(水ぶくれ)ができたやけど

※水ぼうがつぶれると感染を起こす恐れがあります。

診察時間内に受診

- 受傷した範囲が狭い
- 皮膚が赤くなっているのみ

※病院に受診すると判断した場合は受傷部位に軟膏などつけずに受診しましょう。

全身・広範囲・顔面の場合は 直ぐに救急車を呼びましょう。

8月の保健行事	6日(火) 身体計測:乳児クラス	7日(水) 身体計測:幼児クラス
	8日(木) 9:30~0歳児健診	22日(木) 9:30~0歳児健診