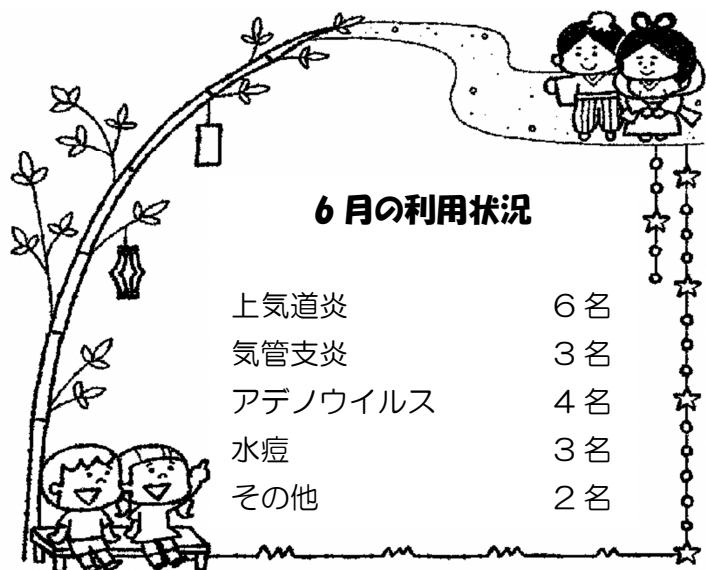




キッズケアルームだより

令和7年7月吉日



6月の利用状況

上気道炎	6名
気管支炎	3名
アデノウイルス	4名
水痘	3名
その他	2名

梅雨明けが待ち遠しい季節になりました。夏ならではの遊びや夏休みの計画を立てて、お子様たちもワクワクしている頃かと思います。けがや事故に気を付けて、夏の思い出をたくさん作ってくださいね。



熱中症に注意

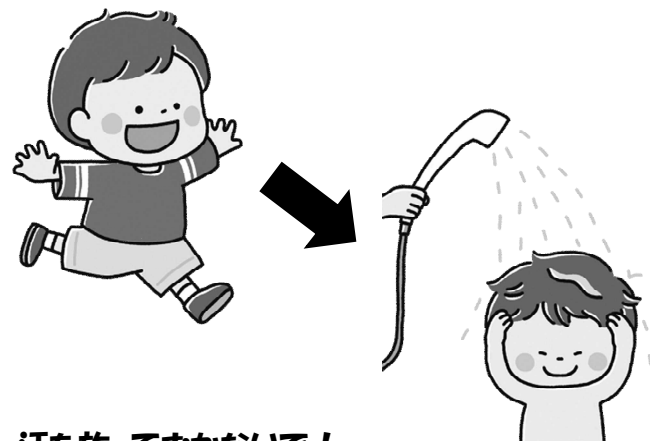


帽子をかぶる、水分補給をする、涼しい場所で休憩するなど、熱中症にくれぐれもご注意ください。少しでも症状がある場合は、すぐに涼しい場所に移動し、衣服をゆるめ、水やうちわなどで体を冷やし、水分を摂らせませす。脇の下などに冷たいペットボトル飲料を挟むのも効果的です。

汗をたくさんかきましょう！

汗を出す「汗腺」は、赤ちゃんも大人もほぼ同じ数だけあります。ところが、いつも冷房の効いた室内にいて汗をかく機会が少ないと、汗腺が働かなくなって汗をかきにくい体になってしまいます。

汗には体温を調節する大切な役割があります。働く汗腺の数が決まるのは3歳までと言われていますので、小さい頃こそ、たくさん体を動かして汗をかくことが大切です。熱中症対策も忘れずに！



汗を放っておかないで！

あせものを防ぐには、汗や汗に含まれる塩分などを洗い流すことが大切です。汗をかいたら濡らしたタオルで拭く。シャワーを浴びさせるなどで汗を取り除きましょう。