



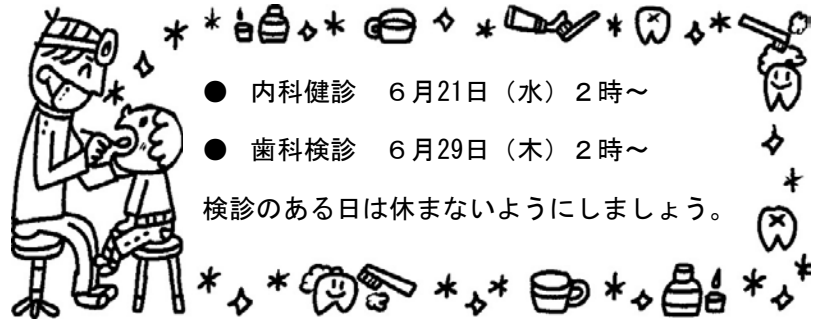
平成29年6月1日
白鳥保育園
看護師

6月になりました。今月は内科健診と歯科検診があります。

暑くなってきましたが、体調管理に気をつけて暑さに負けないよう気をつけていきましょう。

6月4日は虫歯予防デー

虫歯を予防するためには、
やはり歯磨きが一番大切です。
お子様が歯磨きをした後は
仕上げ磨きを行い、
虫歯を予防しましょう。



● 内科健診 6月21日（水）2時～

● 歯科検診 6月29日（木）2時～

検診のある日は休まないようにしましょう。

歯磨きをする際には歯ブラシによるケガを防ぐ為に以下の事に注意して行いましょう。

- ① ソファやいす、踏み台など転落する恐れのある場所で歯磨きさせない。
- ② 歯ブラシを持ったまま走り回ったり歩き回ったりさせない。
- ③ 床の上にクッションや布団、電気コードなど転倒の原因となるものは置かない。



熱中症に注意しましょう。

熱中症は梅雨の合間に突然気温が上昇した日や、梅雨明けの蒸し暑い日や日ざしが強い日に起こりやすくなります。暑い環境に体が慣れていないと、体内の水分や塩分のバランスが崩れてしまい引き起こします。また、疲労、発熱、かぜ、下痢など体調が悪い時は、体温調節能力が低下するため熱中症にかかりやすくなります。特に子どもは大人に比べて熱中症になりやすいので、注意して観察していきましょう。

熱中症の症状 ・急にグッタリし、元気がなくなります。体やわきの下を触ると熱く感じます。

・口びるがカサカサしていたり、肌に潤いがなく乾いた感じになります。

・発熱や吐き気、嘔吐があります。

応急手当 ・風通しの良い日陰や、冷房の効いた場所へ移動して、衣服をゆるめて楽にします。

・自分で飲めるようであれば水分補給をします、意識障害があり自分で飲めない場合は無理に水分補給せずに、すぐに医療機関へ受診します。

・冷たい水で冷やしたタオルを脇の下や頭、足の付けねなどに当てて冷やします。

- 熱中症予防** ・水分を多めにとりましょう。 ・熱や日ざしから守りましょう（帽子をかぶらせたり、熱のこもらない衣服を着せる）。 ・ベビーカーの利用時には地面からの熱を受けやすいので気をつけましょう。 ・車内などの暑い環境に置き去りにするのは絶対にやめましょう。
- ・汗や体温、顔色や泣き方など、赤ちゃん・子どもの様子を、まわりの大人が気にかけてあげましょう。