



# 病児保育だより

令和3年度 西脇こども園 病児保育室

夏本番となりました。子どもたちは汗をいっぱいかきながら夢中で遊びます。こまめな水分補給と休息、着替えなど、体力面と衛生面に気をつけながら暑い夏を乗り切りましょう。



## 熱中症に注意しましょう

熱中症は手当てが遅れると重症化し、命に関わるケースもあります。

熱中症を予防するポイントは、子ども自身が気をつけるだけではなく、保護者の方が注意してあげる必要があります。

### 熱中症の予防対策

<p>のどがかわく前に水分をこまめにとる</p> 	<p>室温をこまめにチェック</p> 	<p>外出はしめつけない涼しい服で</p> 	<p>無理は禁物！適度に休憩を。</p> 	<p>急に暑くなる日は注意しておく</p> 
--	--	---	---	---

## 夏の刺激から子どものお肌を守りましょう

夏は水遊びなど、子どもたちにとって楽しい季節ですが、紫外線や汗、虫刺されなど、お肌への刺激もたくさんあります。『夏こそ保湿』してあげましょう。

### あせも

汗のたまりやすい首周り、わきの下、ひじの裏、ひざの裏などにできやすいあせも。汗で汚れたらシャワーや入浴、着替えなどをしてあげましょう。できない場合は濡れたタオルで拭いてあげましょう。

### 日焼け

真夏の屋外では日焼けをしやすいものです。帽子をかぶる、肌の露出を少なくするなど、紫外線からお肌を守ってあげましょう。

### 虫刺され

虫よけはメーカーによって効果の強さや肌へのやさしさが異なりますので、お子さんの年齢や目的に合わせて選びましょう。刺されてしまった後は、患部をきれいに洗ったあと、かゆがる時には冷やしてあげましょう。

### アルコール消毒のあとは保湿も大切です

新型コロナウイルスの影響もあり、手洗いや手指消毒を繰り返し、手がひりひりしたり、赤くなっていますか？手洗い、手指消毒をしたあとは、保湿剤を使用し手荒れを防ぎましょう。

病児保育の予約がスマホからできます。

Webで予約をするには利用者登録が必要です。

詳しくは病児保育予約のホームページをご覧ください。

