



ほけんだより

社会福祉法人
伊東つくし会
2022年 8月

夏本番！暑い日が続いていますが、子どもたちは水遊び・プール遊びを思い切り楽しんでます。
暑さで体が疲れてくる時期でもありますので、しっかり眠り、たくさん食べて、体調を整えて元気に夏を過ごしていきたいと思います。

たっぷり眠って夏の疲れを吹き飛ばせ！

暑さで体力を消耗した体は、しっかり休めないと体調を崩してしまいます。夏は楽しいイベントも多いので、たっぷり睡眠をとって元気に過ごしましょう！

快眠のためのヒント

- 早寝早起きで生活リズムを整える
- お風呂に入ってさっぱりする
- 汗を吸いやすいパジャマを着る
- クーラーや扇風機を使って部屋を涼しく
- おなかを冷やさない

× こんな時は水遊び・プールはできません

- ◆ 体温が 37.5 度以上ある
- ◆ 下痢をしている
- ◆ とびひなど、伝染性の皮膚疾患がある
- ◆ 傷がある
- ◆ 目、鼻、耳に病気がある(医師の許可があれば可)
- ◆ 目やに、充血(白眼が赤い)がある
- ◆ 咳をしている、ぜいぜいする
- ◆ 鼻水がひどい
- ◆ 食欲低下、元気がない
- ◆ 治療薬をのんでいる(貼り薬も含む)
- ◆ チェック表に記入がない

保護者が記入したチェック表が、水あそび・プール可になっていても、職員が子どもの健康状態をもう一度確認し、チェック項目に該当するときは中止させていただく事がありますので、ご承知おきください。

新型コロナウイルス感染症拡大防止について

日頃より保護者の皆様には感染症拡大防止のためにご協力していただきありがとうございます。県の警戒レベルが1から2に引き上げられました。

- ★ 家庭内で発熱・体調不良者がいる場合
- ★ 新型コロナウイルス感染症の検査を受ける場合は必ず保育園にご連絡いただき、登園は控えてください。

★ 発熱・嘔吐・下痢の症状があった場合は、解熱後 24 時間平熱で過ごせたか。
最後の嘔吐・下痢の症状から、24 時間嘔吐・下痢がなく、いつもの食事ができるようになったら、登園可能です。ご理解、ご協力をお願いします。

7月のほけんだよりでもお知らせしましたが、もう一度確認をお願いします。



7月の感染症

感染性胃腸炎
流行性耳下腺炎

市内ではRSウイルスや、原因不明の発熱が多くみられました。

