



令和7年度

7月1日発行

川名

7月のほけんだより

暑さも日々増していき、本格的な夏もすぐそばまで来ているようです。

特に注意したいのは熱中症。水分補給や体調管理に気を付けて、暑さに負けない体力づくりを心がけましょう。

こんな時は、プールには入れません。

- 熱がある。
- または、前日に熱があった。
- 鼻水が出ている。
- 喉やその周りが赤い、喉に痛みがある。
- 目が赤く充血している。
- 普段より多く目やにが出ている。
- 普段より多く耳だれがでている、耳の痛みを訴える。
- 乾燥していない傷がある。
- 絆創膏や気管支拡張テープを貼っている。又は外用薬を塗っている。

プールで感染しやすい病気

咽頭結膜熱（プール熱）
高熱、喉の腫れ（首のリンパ節炎）、結膜炎などを伴い、風邪に似た症状が出ます。

流行性角結膜炎（流行り目）
接触感染が主で、充血・目やに・ごろごろした異物感の他、発熱を伴うことがあります。
注）どちらも**登園許可証**が必要になります。

なぜ子どもは熱中症になりやすい？



子どもは体温調節がうまくできず、温度変化の影響を受けやすい。

また衣服の着脱も水分補給も一人で行うのが難しいため、容易にかかりやすいのです。

車や家の中でも熱中症になります。

特に車中では、気温が高くななくても高温になるので、子どもを一人にするのは絶対に避けましょう。

