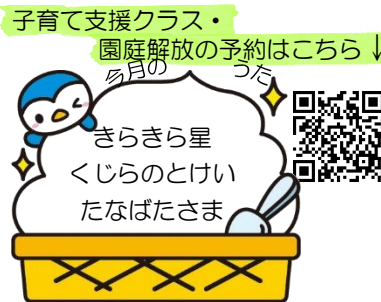




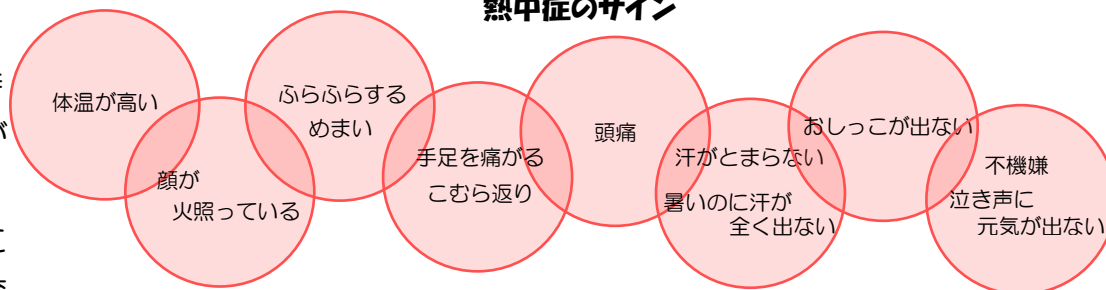
子育て通信



熱中症にご注意！！

熱中症は、梅雨の晴れ間に突然気温が上がった日や梅雨明けの蒸し暑い日など、体が高温に慣れていないときに起こりやすいです。

熱中症のサイン



乳幼児の熱中症対策

涼しい場所に移動させる

室内や日陰など、涼しい場所に移動させ、体を冷やしましょう。→熱中症の症状が出た場合はすぐに医療機関を受診しましょう

水分補給

経口補水液や白湯などを、少量ずつこまめに与えましょう。

衣服をゆるめる

衣服を緩め、風通しを良くして体を冷やしましょう。

体温を下げる

冷たいタオルや保冷剤を首、脇の下、鼠径部に当てて体を冷やしましょう。

症状をチェック

帽子を被るのも

予防になります！



場所:子育て支援室 対象:0～2歳児の親子

2日 水あそび 16日 身体測定・お誕生日会

9日 どちらもありません 23日・30日は園庭開放のみ

受付:9:30～天王寺幼稚園 10:30 前後に子育て支援室に移動

ねばねばパワーで夏を乗り越えよう！

夏野菜がおいしい季節です。オクラ、モロヘイヤ、ヤマイモなどには、ねばねばした「ムチン」という糖とたんぱく質が結合したものが含まれています。栄養価が高く、夏バテ予防にぴったりですぜひ、ねばねばパワーを取り入れましょう。

赤ちゃん・子どもの虫刺され

1.洗い流す

虫に刺されてすぐ、近くに水が刺された箇所を水で洗い流しましょう。虫に刺されると、その箇所には菌がついています。腫れを少しでもおさえて痒みを減らすために最初にやっておきたいことの1つです。

2.冷やす

3～5分程度、保冷剤や冷たい飲み物などを使って冷やしましょう。皮膚感覚が鈍ることにより、痒みが減ります。

3.薬を塗る

薬はステロイド剤(炎症を抑えるもの)が配合されているものと、抗ヒスタミン剤(痒みを抑えるもの)があります。既に腫れている場合はステロイド剤が有効です。心配な場合は、医療機関を受診し、お薬をもらってください。

Point !

掻くと腫れやすく、とびひになるトラブルも発生します。

掻かないことが大事ですよ！

市販のパッチタイプのかゆみ止めシールも有効です☆ひどく腫れたり痒がったりしている場合は医療機関を受診しましょう。