

雨の日があったり、暑い日が続くようになり、熱中症が心配な時期になりました。身体が暑さに慣れていない梅雨明けや急激に気温が上がった日、湿度が高く蒸し暑い日には特に注意が必要です。普段からの外遊びで身体を鍛えつつ、喉が渇いていなくても水分をこまめに摂取する習慣をつけていきましょう

熱中症

熱中症は、日射病、熱射病などの総称です。日射病は、戸外で強い直射日光にさらされることが原因で、熱射病は室内でも気温の高い場所に長時間いたために起こることが原因です。



熱中症の症状

日射病…顔は赤く、呼吸が荒くなります。皮膚感覚は熱く、体温が上がっても汗が出ず、めまい・頭痛・吐き気などを伴います。

熱射病…顔は青白く、大量の汗をかきます。皮膚感覚は冷たく、めまい・吐き気を伴います。

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を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、気温が高くなっ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。

予防のポイント

- 日中は帽子をかぶって外出をしましょう。日除けのあるベビーカーも照り返しで暑くなるので、散歩はできるだけ短時間で切り上げましょう。
- 炎天下での遊びは、長時間に及ばないように注意しましょう。海や屋外プールなどの水辺でも、30分毎に日陰で休息をとるようにしましょう。



うさぎ組さんへの歯科指導

……熱中症の対処法……

涼しい場所に寝かせる

日陰やクーラーの効いたところなど、涼しい場所に移動し、衣類をゆるめてらくにさせます。湿ったタオルなどで体を拭き、うちわであおぎます。首、脇の下、足の付け根に冷やしたタオルや冷却シートなどをあてて、体を冷やします。



水分をとる

少量の水分を数回に分けて与えます。多量の水は嘔吐をするので避け、電解質の入っている経口補水液を与えましょう。



こんな症状が

出たら医療機関へ

- ・唇が乾いている。
- ・尿の量が少ない。
- ・顔色が悪く、呼びかけに反応しない。
- ・体温が40℃を超えている。
- ・けいれんを起こしている。



ちゃんと歯ブラシできるひと～



はいー

「はばらしくんです」を読みました



みんなよく聞いてくれていました



歯科健診の体勢も上手に練習できました

6月4日は 虫歯予防デー



2歳児さんから5歳児さんが参加して、虫歯予防のための歯科指導を行いました

歯は何のためにあるのだろう？ 虫歯になるとどうなる？

どうして虫歯になるんだろう？

虫歯になりやすい歯は？ 虫歯になりにくい歯は？



「むしばミュージアムのぼうけん」
を読みました



甘いものばかり食べて
歯を磨かないと...

白く見える歯にも、歯を磨かないと
ミュージアムの好きな汚れがいっぱい



むしばミュージアム登場！



ミュージアムの嫌いな歯磨き
でやっつけるぞ！



最後は歯磨きの練習と、歯科検診どうするの？のお話



みんな歯磨きも上手で、歯科検診もバッチリでした！

うちでも仕上げ磨きをしてあげてくださいね！

AED 研修

5歳さんの履正社でのプールも始まっていますが、
水遊びでの事故や、誤嚥などでの窒息等、保育園での救急事態に備え
医誠会病院から救急救命士さんに来ていただき、
AEDの講習会をしました。

先生たち真剣に聞いています！



意識の確認から



発見から、人と救急車を呼ぶこと
心臓マッサージの方法
AEDの使い方を1人ずつ実践しました！
子供への対応方法も学びましたよ。

