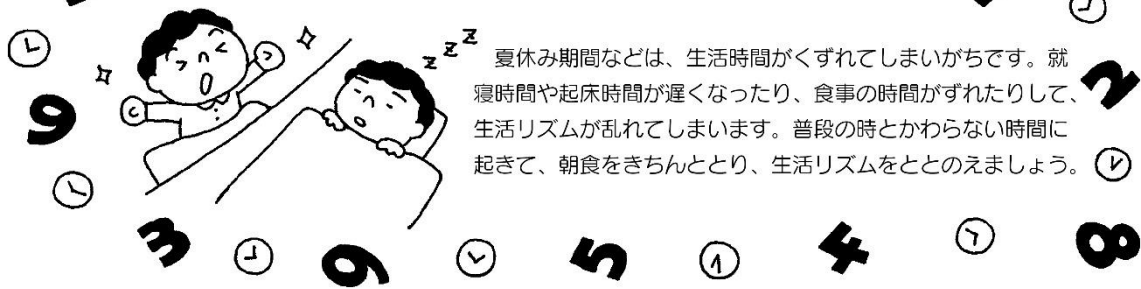


2019.8/1 あおやぎ保育園

梅雨が明け、暑い日が多くなってきました。

暑さが続き食欲が落ちたり、暑さのために寝不足になったりと体調を崩すお子さんもいます。元気に見えても体は意外と疲れているのでエアコンなどを上手に活用して暑い夏を乗り切りましょう。

1 生活リズムをととのえましょう！



暑い夏を元気に過ごすポイント



あせもとスキンケア

あせもは、額、首、手足のくびれ、わきの下、背中などに赤や白の小さなぶつぶつができます。汗腺に汗やほこり、あかがつまって炎症を起こしたもので、かゆがります。かゆみから皮膚をかきこわして傷口から感染する場合もあるので注意します。汗をかいたらこまめな着がえやシャワーを使って、清潔を心がけます。



<お願い>

以前からお願いしていました通り、24時間以内に発熱や嘔吐・下痢があった時翌日は登園を見合わせてしっかり休息をとるようお願いいたします。

