



発行日 令和6年7月1日

スケッチ保育園

暑い日が続くようになり、熱中症が心配な時期となりました。梅雨明け直後は暑い日が続くので、熱中症に注意しなくてはなりません。普段からの外遊びで体を鍛え、喉が渴いていなくても水分をこまめに摂取するようにしましょう。

プールについて

- プールのある前日までに、耳掃除や手足の爪切りをしましょう。爪が長いと、怪我の原因となります。
- 耳・鼻・喉・目・皮膚の病気は治療を済ませておきましょう。
また、治療中の病気などがあれば、事前にお知らせください。毎日入浴し、しっかりと睡眠をとり、朝ご飯をしっかり食べることも大切です。

▽皮膚のケア▽

お子さまは、新陳代謝が活発で、たくさんの汗をかきます。放っておくと皮膚のトラブルにもつながるので、体を清潔にして、快適な毎日を送れるようにしましょう。濡れタオルで優しく拭き取ることも効果的です。

- 汗をかいたら、こまめにシャワーを浴びましょう。
- お風呂上りは、バスタオルでしっかり体を拭きましょう。あせもができている際は、上から優しく押さえて水気を取ります。
- 乳児には、お風呂上りの清潔な状態で、保湿クリームをつけましょう。