



# ほけんだよ!



暑い日が続くよりになり、熱中症が心配な時期となりました。体が暑さに慣しいない、梅雨明けや急激に気温が上がった日は、特に注意が必要で、普段から外遊びで体を鍛え、のどがかわいていなくても水をこまめにとりましょう。

七夕(工)に行はぬ山を夕涼み会に向けて子どもたちは頑張っています。ご家庭でも休養と栄養をしっかりと与えましょう。



## プール開き

夕涼み会が終るとプール開きが行はぬ山です。(七夕(火))

安全に楽しく水あそびができるように以下のことに注意しましょう。

- ・治療中の病気のある場合は主治医にご確認下さい。
- ・皮膚の病気、耳鼻科の病気のある方は治療が済むか、主治医にご確認下さい。
- ・爪を短くする習慣を。
- ・持ち物には、記名をお願いします。



## お願い

園から持ち帰った、帽子、くつ、うめばきは、衛生上、洗って持ってきて下さい。又、布団も、金曜日を持ち帰り、清潔にして、月曜日に持ってきて下さい。



## 熱中症を予防しましょう!

## 紫外線対策

以前は、太陽の光を浴びて日焼けするのは、健康に良いと言われていましたが、現在は、過度の紫外線を浴びると悪影響を及ぼすことが知られており、しっかりと紫外線対策をしましょう。

## 予防法

普段から帽子をかぶる習慣を、日差しが強い時はUVクリームを塗り、UV加工した服を着る。日焼けしたら冷やせばよいです。

## 新型コロナウイルスについて

5月8日以降は、コロナ陽性者に交代して法律に基づき外出自粛は求められませんが、他人に感染させたりリスクを考慮して、期間の療養にご協力ください。

### ・外出を控える期間

発症5日間は、他人に感染させたりリスクが高いため、発症し5日間は、外出を控え、5日目に症状が続いている場合熱が下がったり、痰やのどの痛みなどの症状が軽快して24時間経過するまでは外出を控えるようお願いいたします。

又、コロナに感染した場合は、(園見)、保護者の方に記入していただく証明書が、ありますので職員へおたずね下さい。又、発熱が出た場合は、速やかに、お迎えをお願いいたします。

