

# ゆりかご だより



平成 29 年 7 月発行 No.5

梅雨が明けるといよいよ本格的な夏の到来です。気温も湿度も上がる夏、体調を崩しやすい季節です。6月の病児保育室ゆりかごでは、感冒から高熱を出されるお子さまもいらっしゃいました。生活リズムを整えて十分に睡眠をとり、疲れをためないようにして暑い夏を楽しく乗り切りたいですね。



## 6月18日(日) 消防訓練を行いました

中消防署の協力の下、火災発生→119番通報→初期消火→駐車場まで避難→安否確認までを経験しました。消防士さんより「火災時の行動を日頃から頭の中でシミュレーションしておくことが大切です」とアドバイスをいただきました。

## 食中毒対策忘れずに～安全なお弁当作りのポイント

【しっかり手洗い】  
調理中、レシピの確認等にスマホを触ったら再度手洗い。

【しっかり加熱】  
食品の中心温度75℃  
1分以上で食中毒菌の  
殆どが死滅します。

【しっかり冷まして】  
お弁当箱のふたを  
するのは中身をよく冷  
ましてから。



この時季のお弁当作り、本当に大変ですね。病児保育室ゆりかごにも、体調に合わせた昼食をご持参いただきますが、小さいお子さまには、月齢を少し戻した市販のベビーフードなどが、衛生的にも安心して食べやすいようです。

【お弁当箱も  
しっかり洗って】  
パッキンは外し、  
洗った後の熱湯殺  
菌でより安心。



看護師より

## 熱中症に気を付けよう！

急に気温が高くなるこの季節、お子さまも大人も注意が必要なのが熱中症です。

熱中症は高温多湿なところで体温調節がうまくいかずおこる様々な症状のことをいいます。屋外だけでなく室内でもおこります。

**症状：**頭痛、めまい、手足のしびれ、筋肉痛、こむらえり、吐き気、だるさなどがあります。初期は汗が大量に出て、次第に出なくなります。症状が進むと意識がもうろうとして受け答えができなくなることがあります。



**対処：**①涼しいところで休ませる ②水分(塩分を含んだもの)を取らせる ③濡れタオルをかけて風を送り、体を冷やす ④水分が取れない時は医療機関へ ⑤意識がはっきりしないときは救急車を！



## 施設説明会の日程

7月23日(日) 10:00~12:00  
8月27日(日) 10:00~12:00  
9月24日(日) 10:00~12:00

事前にご予約ください。☎072-234-6880



さらに詳しい内容や書類のダウンロード、事前登録についてのご案内は、ホームページをご覧ください。

病児保育室ゆりかご

