



この暑さの中でも子どもたちは元気に体を動かして虫を見つけたり、石を拾ったりと好奇心いっぱい！しかし…暑い日が続くと子どもたちは**体温調節がうまくいかず急に熱が上がる**場合があります、**熱中症**をおこしやすくなります。保育園でも子どもたちの動き、表情、食欲などの変化を見守っていこうと思いますが、ご家庭でも変化があれば登園時に連絡をお願いします。

元気そうに見えても…

体は意外と疲れています((+_+))

- ・お家ではゆったりと過ごせるように配慮してあげてください。
- ・水分補給をマメにお願いします。
(水、麦茶の苦手なお子様は飲めるよう練習を!!!)
- ・服の調整しやすいものをお願いします。

熱中症 予防



応急処置

- ・風通しの良い場所に移動し衣服を緩めて体を冷やす。
- ・体を冷やすとは?
ぬらしたタオルを当てたり、うちわで扇いだり、大きな動脈のある**首の後ろ、わきの下、足の付け根**を保冷剤などで冷やし体温を下げてください。



- ・顔が赤い
- ・ひどく汗をかいている
- ・ぐったりしてきて元気がない



体温が上がっています、涼しい場所で体を冷やして水分補給を促しましょう。



- ・顔や手足がとても熱い
- ・全く汗をかいていない
- ・呼びかけても反応しない



かない危険な状態です。
救急車を呼んでください。

