

子育て支援

NO.3

さくらんぼ だより 7月号

学校法人矢作学園

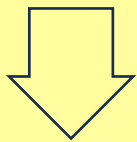
橋目幼稚園

ようやく梅雨が明け、子どもたちが待ち望んでいた夏がやってきました。
暑い日が続く中、子どもたちは元気に汗をかいています。
熱中症などに十分注意しながら、子どもたちを見守っていきたいと思います。

暑い夏がやってきた！熱中症予防には？

〔重症度Ⅰ度〕

- ・手足のしびれ
- ・めまい、たちくらみ
- ・こむらがえり など

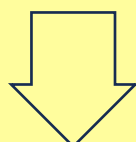


涼しい場所に避難
体を冷やして水分補給

朝ごはんを
しっかり食べる！！
水分・塩分・栄養！

〔重症度Ⅱ度〕

- ・吐き気がする
- ・頭痛
- ・だるい
- ・意識がおかしい など



すみやかに医療機関を
受診

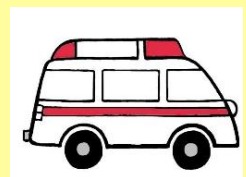
喉が渇く前にこまめに
水分を補給する

〔重症度Ⅲ度〕

- ・意識がない
- ・けいれん
- ・まっすぐ歩けない
- ・体が熱い など



救急車を呼ぶ



おすすめ絵本

『ちびだこ たこらす』

文／安江 リエ

絵／いまき みち

福音館書店



熱中症にならないためには？

保冷剤で首元を冷やしたり、
手のひらを水につけて
冷やしたりすると効果的

外気との差は5℃以内に