

ほけんだより ～ラポール～ 8月号

るんびに一保育園 子ども未来部幼児課

ようやく梅雨が明け、カンカン照りの太陽とともに本格的な夏がやってきます。眩しい太陽に負けないぐらいの眩しい笑顔がたくさんみられる楽しい夏になるとよいですね。7月は手足口病などの感染症や発熱など体調不良による欠席がどの園でも見られました。新型コロナウイルス感染症も第11波の到来といわれています。今一度、熱中症対策とともに基本的な感染症対策も見直して、健康で楽しい夏を過ごしましょう。

夏本番！

引き続き、**熱中症**に**嚴重警戒**！！



熱中症の危険性が極めて高い暑熱環境になると予想されるときは、気象庁と環境省より以下の情報が発表されます。

熱中症特別警戒アラート（熱中症特別警戒情報）

令和6年度
スタート

- ・気温が**特に**著しく高くなることにより熱中症による**重大な**健康被害が生ずるおそれがある場合に発表される
- ・都道府県内において**すべての**暑さ指数（WBGT）の情報提供地点における最高暑さ指数が**35**以上になることが予測される場合
- ・対象日の前日午後2時頃に発表



熱中症警戒アラート（熱中症警戒情報）

- ・気温が著しく高くなることにより熱中症による健康被害が生ずるおそれがある場合に発表される
- ・予報区等内の**いずれかの**暑さ指数（WBGT）の情報提供地点における最高暑さ指数が**33**以上になることが予測される場合
- ・対象日の前日午後5時および当日午前5時に発表

★熱中症を予防するには、気温だけでなく、「暑さ指数（WBGT）」や「熱中症警戒アラート」を確認することが重要です！お出かけの際はこれらの情報もこまめにチェックするようにしましょう。

環境省の熱中症予防情報サイトや公式LINEで配信しています

<https://www.wbgt.env.go.jp/>

鼻を大切に…

8月7日は「**鼻の日**」^{はな}

呼吸をしたり、においをかいだり、重要な役割をもっている鼻。鼻は、鼻の奥にある「耳管」で耳やのどとつながっています。鼻水や鼻づまりを放置しておくと、中耳炎やのどの炎症など、他の器官に症状が広がることもあります。また、鼻をほじるくせのある子は、鼻の粘膜が弱くなり、鼻血が出やすくなります。気になる症状がある場合は、耳鼻科受診をおすすめします。

鼻血が出たら？

顔をうつむき気味にして座り、小鼻を5～10分くらいグツと強めにつまみます



これらの情報が発表されたら、普段以上に熱中症予防行動をとりましょう。

- **暑さ指数（WBGT）を確認**
- **身近な人の見守り・声かけ**
- **適切にエアコンを使用**
- **不要不急の外出はできるだけ避ける**
- **のどが渇く前にこまめに水分補給**
- **たくさん汗をかいたら水分・塩分補給**

特に子どもは熱中症のリスクが高いので、注意が必要です。周りの大人が積極的に声かけや見守りをしましょう。



暑さ指数（WBGT）とは？

気温、湿度、輻射熱（日差し等）からなる熱中症の危険性を示す指標です。

「**危険**」31以上
「**嚴重警戒**」28以上31未満
「**警戒**」25以上28未満
「**注意**」21以上25未満
「**ほぼ安全**」21未満

★帰省やお出かけが増える時期です。出かける際には、念のため、『保険証』を持って行くと安心です。また、心配な場合は、お出かけ先の病院などを事前に検索しておくこと緊急時に慌てずに対応することができます。

