

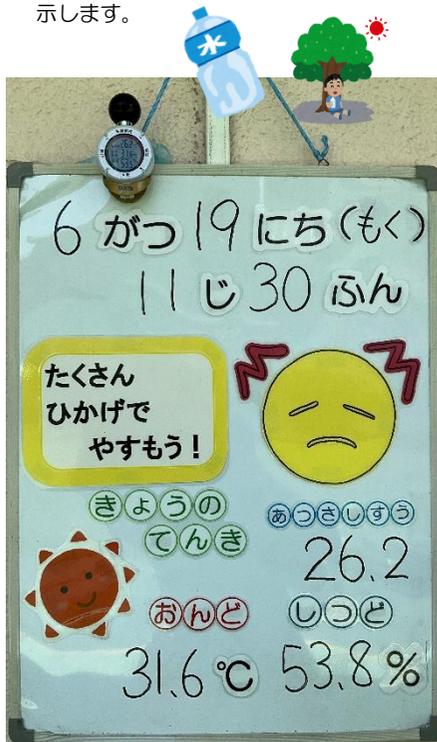
ほけんだよ、7月

令和7年6月27日
中央区立月島幼稚園
園長 田原雅代
養護教諭 長谷川真悠子

暑い日が増えてきて、夏の始まりを感じさせる季節になってきましたね。暑い中でも夢中になって遊ぶ子どもたちは、汗をかいただけでもとても体力を消費します。また、あせもや虫刺されなどの肌トラブルを抱え始めたお子さんも増えてきます。皮膚の清潔や食事に気を付け、気分を爽快にしてあげたいですね。

7月のほけん目標 夏を健康にすごそう

今年も外遊びや水遊びを十分な水分補給を行ないながら安全面に気を付けて行なっていきたいと思いますが、近年の猛暑に対しては熱中症の危険性もあります。外遊び、プール遊びの熱中症対策として、環境省の「熱中症予防情報サイト」内の「暑さ指数」を参考にしていきたいと思います。そこで、今年度も子どもたちが普段から目で見ても暑さの程度がわかるように園庭に「暑さ指数掲示板」を9月末まで掲示します。



下駄箱入り口付近に掲示してあります。

暑さ指数 (WBGT) とは

- 熱中症を予防することを目的として 1954 年にアメリカで提案された指標です。
- 単位は気温と同じ(°C)で示されるが、その数値は気温とは異なります。
- 気温が低くても、湿度が高ければ、熱中症リスク(暑さ指数)も高まります。

気温	暑さ指数	
35℃以上	31以上	運動は原則中止
31~35℃	28~31	厳重警戒
28~31℃	25~28	警戒
24~28℃	21~25	注意
24℃未満	21未満	ほぼ安全

7月の予定

- 7月 7日(月) 体重測定(4・5歳児)
- 7月 8日(火) 体重測定(3歳児)
- 7月18日(金) 終業式

けんこうカードを配布します

7月14日(月)に「けんこうカード」を配布します。

4月の定期健康診断の記録・5月6月7月の体重測定結果をご確認ください。健康カードは押印後、7月16日(水)までに幼稚園へご返却をお願いします。

内科・耳鼻科・眼科についてプール開き前に、医療機関受診のご協力ありがとうございました。

気をつけよう! 「アタマジラミ」

日本でのアタマジラミの発生は、1年を通して起こりますが、プールや水遊びが開始される7月頃に多いという結果が発表されています。(国立感染症研究所)



★アタマジラミの症状・見つけ方

- ・卵は耳の周囲から襟足にかけて多く付着している。
- ・吸血部分にかゆみを訴えることが多いが、子供は無症状のこともある。

★アタマジラミの予防法

- ・髪は毎日洗い、洗髪後はドライヤーで乾かす。(アタマジラミは熱に弱い)
- ・タオル、ブラシの共用はしない。

- 暑さ指数が33℃以上になると予測されると熱中症警戒アラートが発令されます。

長谷川家では、**【環境省】のLINE公式アカウント**を友達追加して、熱中症警戒アラートの発表や暑さ指数の情報をLINEで受信し、休日のお散歩や外出の目安にしています☺

