

7月 たま通信(スタッフ便り)46号

ねっちゅうしょう
熱中症

今回は、熱中症(熱射病・日射病)の症状とその対応について考えてみましょう。

めまいがする、顔色が悪い
頭が痛い、おなかが痛い
吐く、足などのこむらがえり
全身がだるい



涼しいところへ移して風を送り、
イオン飲料を飲ませる。
しばらくたっても回復しなければ病院へ

ふらふらしている
ぼーっとしている



危険信号！
病院へ連れて行く

倒れて意識が無い
けいれんを起こした



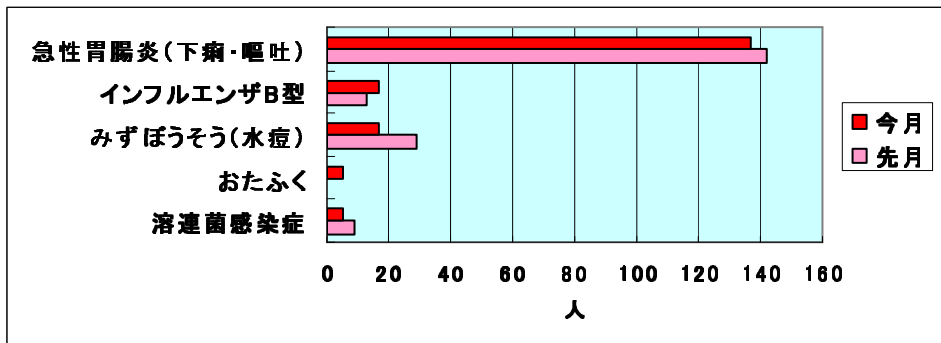
命の危機がせまっている
救急車を呼ぶ。



予防がもっとも大切！！

- ① 帽子をかぶり、風通しよく涼しい服装を。
- ② 炎天下での激しい運動を避ける。
- ③ 汗で失われた塩分と水分を補給する。
- ④ 寝不足などの体調不良の時は運動を避ける。
- ⑤ 車中に赤ちゃんを置き去りにしない！
- ⑥ ベビーカーは地面からの照り返しで暑いので要注意！

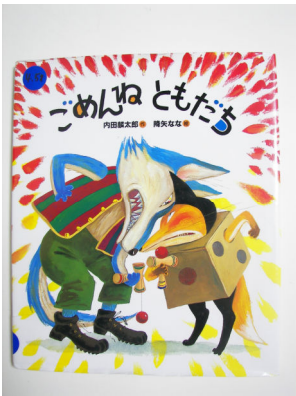
感染症発症動向調査 (期間：H21/05/21～H21/06/20)



インフルエンザが流行しつつあります。手洗い・うがい・マスクなどを使用し、できるだけ予防しましょう。



今月のおすすめ絵本



「ごめんね ともだち」 作：内田麟太郎 絵：降矢 なな
 どんなに仲良しの友達だってケンカすることはありますよね。そんな時、
 素直に「ごめんなさい」って言えますか？
 「ごめんなさい」っていうのは勇気がいりますよね。
 さて、オオカミさん・キツネくんは上手に仲直りできるでしょうか？
 主人公の気持ちになって読んでみてくださいね♪

今月のスケジュール

・ 7/20(月)は、海の日のため休診となります。