

養父市 病児保育センター



ほわほわ だより

今年も猛暑日にご注意！！暑い夏を上手に過ごす“コツ”を覚えましょう。



小さい子どもにとっては汗をかいただけでも体力を消耗します。活動と休息

のバランスをとり、規則正しい生活を心がけましょう。



室内の温度調節

・室内にいても熱中症になることがあります。

節電・省エネも大切ですが、冷房を使って温度調節をしていきましょう。

扇風機も一緒に使うと涼しい空気が循環して室内の温度が一定に保たれます。

8月7日は“鼻”の日



【役割】

- ・呼吸をし、身体に酸素を届ける。
- ・吸い込んだ空気の加湿・細菌からの防御。
- ・匂いを感じる。
- ・発声の際に音を響かせる共鳴器。

虫刺されから
『とびひ』に！！



・蚊に刺されると“かゆい”

かき傷から、細菌(黄色ブドウ球菌・化膿レンサ球菌)が入り込み『とびひ』になってしまうことも……。

虫よけスプレーでの予防や、刺された後にはかゆみ止めなどの薬をぬると効果的です。症状がひどいようなら病院受診をお勧めします。

帰省やお出かけが増える
時期です。念のため、外
出の際には『保険証』を持
っていると安心ですよ。



問い合わせ

病児保育 ほわほわ

☎079-666-8307