



# 養父市 病児保育センター ほわほわ だより



夏休みに入り生活リズムが崩れていませんか？普段通りの時間に起きることや、1日3食きちんと食べる、十分な睡眠をとるなど健康的な生活に心がけ、元気で楽しい夏を過ごしましょう。

## 虫刺されにご用心



外遊びや水遊びで外に出る機会が増えるこの季節は、虫の活動も活発になります。虫刺されは2～6歳の子供に多く、大人より症状がひどく長引きやすいのが特徴です。かき傷から、細菌が入り込み『とびひ』になってしまうことも……。お出かけ時は服装や虫よけスプレーで予防しましょう！

### 服装で気をつけることは？

- ・花模様や黒・紺などの濃い色の服は避けましょう。
- ・帽子をかぶって髪の毛を隠しましょう。
- ・野山に入る場合は、長袖長ズボンで肌の露出を減らしましょう。



### 虫よけはどうやって使う？

- ・虫よけには、主に2種類の成分（ディートとイカリジン）があります。年齢や使用回数に制限があったりするので、お子さんに合わせて使い分けしましょう。
- ・赤ちゃんはなめる可能性があるので、手に塗るのは避けましょう。
- ・日焼け止めを使うときは、①日焼け止め → ②虫よけの順で使いましょう。



## 警報時の保育はどうなる??

天気が不安定な日が続いています。市内に【警報】が発令された場合は以下のような対応になります。

【利用前】 朝6時の段階で判断（早朝 7:30～利用の方はご確認ください）

☆警戒レベル 3・4・5 → 解除されるまで利用・受付はできません。

【保育中】

☆警戒レベル 3・4・5 → 子どもの安全を考慮し、早めの迎えを依頼します



☆養父市のHP



☆Facebook



☆Instagram

お盆休み

8/14(月)～8/16(水)



問い合わせ  
病児保育 ほわほわ  
☎079-666-8307

※利用申し込み方法は養父市のHPをご覧ください。