



# すこやか通信 8月号



2022年 8月 9日  
合志市社会福祉協議会  
病児保育室「すこやか」

暑い夏がやってきました。暑いと体力が落ちて食欲がわかないことや、つい冷たい物ばかり食べてしまう事があります。暑さに負けない体づくりをするためにも、しっかりごはんを食べ睡眠を十分とるようにしてください。



## ☆あつ～い夏の過ごし方 ～マスク編～☆

子ども達は暑くても夢中で遊びます。

7月号では外出時の気温についてお話しました。

今回は、お子様とマスクをして外出(買い物等)・外遊び(公園・水遊び等)をする事が多くなる夏。そこで、気を付けてほしいことをお伝えします!!



### ○知らず知らずのうちに熱中症に！

マスクの中は体温と同じ温度、さらに湿度は100%となります。  
定期的に水分補給と日陰等涼しい場所での休息をしましょう！

### ○意外と盲点！マスクでの水遊びは窒息の危険性大！

マスクで水遊びをすると、マスクが濡れて口や鼻を塞いでしまいます  
小さい子ほど遊びに夢中になり息苦しさに気が付きません。

お子様から目を離さないようお願いします。

定期的に休息をとりマスクを外す・交換する・水分補給をしましょう！

水遊びではなくても、汗で口や鼻周囲に  
マスクが張りついてしまう場合があります。  
注意してあげて下さいね。

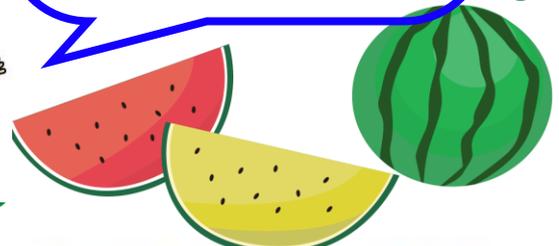


### 子どものマスク着用について

人との距離(2m以上を目安)が確保できる場合は着用の必要がないとされています。

また就学前のお子様についてはマスクの着用を一律には求めていません。(2歳未満は×)

(詳細は厚生労働省のホームページにも掲載してありますので確認してみてください♪)



## ☆現在の受け入れ基準について☆

- ① ウイルスの確定診断があるお子様 (アデノ・RSウイルス・溶連菌・インフルエンザなど)
- ② 突発性発疹(発疹出現後の安静のみ)
- ③ 外科的疾患など

○上記の疾患で抗原検査・PCR検査にて陰性のお子様のみさせていただきます。

※検査は発熱後6時間以上経過してから

その他詳細はお問い合わせください。  
ご不便おかけいたしますが、ご理解・ご協力  
お願いします。

### ☆ちょっと紹介☆

## 🌸病児室のあさがお🌸

◇グングン大きくのびています◇



まだ花は  
ありませんが…  
蔓は大きく  
育ってます♪

