

熱中症対策

R8.8

保護者用

立秋とは名ばかりの厳しい暑さが続いています。さて、令和6年4月1日より児童・保護者に対する安全指導(事業所の生活における安全・災害や事故発生時の対応・交通安全等)保護者への説明と共有が義務化されました。7月～9月は「水遊び時の事故防止」「熱中症対策」「食中毒予防」となっております。

8月は「熱中症対策」についてお知らせいたします。

《教室の取り組みについて》

こどもプラスでは子どもたちがより良い環境で学びや遊びを楽しむために、様々な取り組みを行っています。

- 水分補給は室内にいる際もこまめに行っています。
- 外出時は帽子などで日光をさえぎり日陰を利用してこまめに休憩しています。
- 猛暑日や、暑い時間帯には外出時を控え、教室内で過ごしています。
- 救急箱に、スポーツドリンク・冷却シートなどを常備しています。

《熱中症対策について》

☆こまめな水分補給・日陰・室内で休憩しましょう！

外出時には必ず水筒・ペットボトル(お茶か水)を持ち歩きましょう。

☆顔が赤い、ひどく汗をかいているなど子どもの異変には要注意です。

☆車内や室内では適切なクーラーの使用を！

適度に運動させ、暑さに強い身体をつくりましょう！

ジュースや炭酸飲料水など、糖分の高い飲み物を摂取すると、水分の吸収が遅くなります。それによってエネルギーの吸収も遅くなり、熱中症になりやすくなります。

🌿 応急処置

- 太い血管のある「わきの下」や「首」などを氷で冷やす
- 冷たい濡れタオルで身体を拭く
- 風を送る
- 涼しい場所に寝かせる



🚑 救急車を呼ぶ目安

- 声をかけても反応しない、応答がおかしい(意識障害)
- 全身のけいれん
- ぐったりしている

子どもは自分で自ら体調の変化に訴えられないことがあります。室外でずっと遊んでいると、その楽しさに夢中になってしまい、身体に異変が起きていても気づかないのです。周囲の大人が気に掛ける必要があります。

