

発行責任者: 中田耕次

2025年7月1日

No.175

はとぼっぼニュース 7月

例年より早く梅雨が明け、暑い日が続いております。熱中症が心配な時期となりました。普段からの外遊びで体を鍛え、のどが渇いていなくても水分をこまめに摂取するようにしましょう。

昼食・おやつ代の変更について

2025年1月4日から500円→600円に変更になりました。

(お弁当・おやつを持参される場合、昼食・おやつ代は不要です。)

◎おつりのないようお持ちください。

子どもの体の70%が水分 脱水を起こしやすいので要注意！

体温の調節機能が十分発達していないにもかかわらず、代謝が活発な乳児・幼児は、脱水を起こしやすいので、特に注意が必要です。

脱水になりやすい条件

- 汗をたくさんかいている
- のどが痛く、水分がとれない
- 食欲がなく、水分もとれない
- おう吐や下痢をしている

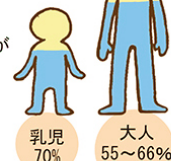
脱水にならないために

- 外出前、遊ぶ前から、前もって少しずつ水分をとる
- 汗をたくさんかくと塩分も排出されるので、食事におみそ汁やスープなどを加える

※子どもはのどがかわいても自分では言えないので、保護者が積極的に飲ませるようにしましょう。

初期の脱水のサイン

- トイレに行く回数や、おしっこの量が少ない(おしっこの色が濃い)
- 汗をかいてない
- 唇や皮膚が乾燥している



脱水のサインが見られたら

- 経口補水液(またはスポーツドリンク)を少しずつ飲ませる
- ※経口補水液は脱水症状が見られたときに飲むもので、日常の飲料として使用すると塩分・糖分のとりすぎになるので注意しましょう。

脱水が進行すると

- 顔色が悪い
- ぼーっとしてる、元気がない、ぐったりしている
- 体温が上がる、逆に皮膚が冷たくなる

病 気	利用人数 68人 (5/16~6/15)
	急性上気道炎
	胃腸炎
	アデノウイルス
	咽頭炎
	クルーズ症候群

☆利用の仕方

下記の QR コードを読み取り、予約システム(いくさぼ)にログインしてお子様の登録を行い、病児保育はとぼっぼへお申込みください

ご不明な点がございましたら、お気軽にご連絡ください♪



☆前日から予約可能です。空きがあれば当日利用も可能ですのでネット予約にてお願いします。

☆継続でご利用希望の方は、前日の10時~13時までの間に翌日のご予約をお願いします。