

田主丸中央病院

病児保育室 たのっしーランド

2026年7月 園だより



梅雨が明けると、いよいよ暑さも本格的になります。十分な睡眠と栄養、こまめな水分補給を心がけ、暑さに負けず元気に夏を乗り切りましょう。

子どもの熱中症について



熱中症は真夏の炎天下だけでなく、梅雨の時期や室内、夜間でも発生します。特に乳児は体温調節機能が未熟なため脱水症状を起こしやすく、熱中症のリスクも高くなります。子どもの様子をよく観察し、水分補給などの対策をしましょう。

熱中症の起こりやすい条件

高温多湿、日差しが強い、暑さに体が慣れていない、急に気温が上がった日、体調不良、寝不足。

応急処置

- ① 涼しい環境で休ませる。足を高くするのも効果的です。
- ② 服を緩め保冷剤やタオルで首、脇の下、太ももの付け根などを濡れタオルで拭き、太い血管を冷やす。
- ③ 水分や塩分を補給する。
※自力で飲めない時や吐き気がある時は、無理に飲ませたりしないようにしましょう。症状が改善しない場合は、すぐに医療機関を受診しましょう。

重症度 1

- ぶらぶらする
- 元気がなくなりぼんやりする
- 止まらない大量の汗
- やたらと水分をとりたがる
- 筋肉の痛みや硬直がある

重症度 2

- 頭痛
- 吐き気、嘔吐
- だるさ
- おしっこが出ない

重症度 3

- 呼びかけへの反応がおかしい
- 痙攣
- 異常な高体温
- 立てない、まっすぐ歩けない
- 汗が出なくなる

今月の豆知識



七夕の歌にある「ごしきの たんざく」の5つの色をご存知ですか？青は木、黄は金、赤は火、白は水、黒は土を表す、この5色です。これは中国の「五行説」という思想で、自然界・人間界のすべての現象を司るものとか…。奥が深いですね！



お問い合わせ

たのっしーランド

0943-72-1633 (直通)

〒839-1233 久留米市田主丸町田主丸1001-2
介護老人保健施設サンライフ聖峰内1F「たのっしーランド」