

がつりんじごう

ほけんだより6月臨時号

ようちえん 保育園・ほいくえん 保育園・こども園のプール遊びについて

しんがた 「新型コロナウイルスを想定した『新しい生活様式』を進めていくうえで、園では、
つぎ 次のことに心がけながら水あそびを行っていきます。ただし、地域の感染状況や
かんせんよぼうたいさく 感染予防対策が整わない場合、急きよ中止する場合があります。ご理解ご協力
ねが をお願いいたします。

みつ みっぺいくうかん みっしゅうばしょ みっせつばめん さ 3密（密閉空間・密集場所・密接場面）を避ける

- にゅうすいじかん 入水時間や実施曜日を設定する等、密な状態での入水を避ける。
- こういじ 更衣時は、子どもどうしの距離をとり密着を防ぐ。更衣場の十分な換気にも留意。
- しゃぼんたまなどおもちゃきょうゆうて しゃぼん玉等のオモチャの共有や、手をつなぐ、抱きつく等の密着した遊びを避ける。

こ けんこうじょうたい かくにん おこな こまやかに子どもたちの健康状態の確認を行う

- かてい 家庭での子どもの健康状態の把握及び保護者の入水許可の意思を確認（プールカード）する。また、登園前の検温を徹底する。
- みず 水あそびをする前に、咳症状の有無、排泄面、顔色、元気のなさ等、いつもと違う症状がないかを確認する。
- ようちえん 保育園、ほいくえん 保育園、こども園での尿検査・内科検診を実施後に水あそびを開始する。

ぶーる みず かんり おこな えんかんり プールの水の管理をしっかりと行う（園管理）

- ぶーる みず ざんりゅうえんそのうど たも 0.4～1.0mg/l に保つ。
 - すいしんやく 水深約20センチ、対角線上の3箇所を測定する。
- ※ すいじつかんり 水質管理により、すいちゅう 水中でのかんせんぼうし 感染防止に努めます。

ねっ ちゅう しょう よ ぼう こう どう 熱中症の予防行動

1. 暑さを避けましょう

- エアコンを利用する等、部屋の温度を調節。室温28℃以下、湿度50~60%が目安。
- 感染症防止のため、換気扇や窓開放により換気をしつつ、エアコンの温度設置をこまめに調節。
- 暑い日や時間帯は無理な活動をしない。
- 涼しい服装を工夫する。



2. こまめに水分補給しましょう

- のどが渇く前に水分補給。1日あたり1.2ℓを目安に。
- 大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに。

3. 日頃から健康管理をしましょう

- 日頃から体温測定、健康チェックする。
- 体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養。



4. 暑さに備えた体作りをしましょう

- 暑くなり始めの時期から、息が弾む適度の運動を心がける。
- 水分補給は忘れずに、無理のない範囲で。



5. 適宜、マスクをはずしましょう。

- 2歳未満(乳幼児)：引き続きマスク着用は勧めない。
- 2歳以上：個々の発達や体調等を踏まえ、身体的距離の有無に関わらず一律のマスク着用は求めない。
- ※施設内に感染者が生じている場合等は可能な範囲でのマスク着用を求めることは考えられる。
【厚生労働省マスク着用の考え方より】

暑さ指数(WBGT)とは? ... 予防サイト(<https://www.wbgt.env.go.jp/>)

暑さ指数(WBGT)の実況と予測は、環境省の熱中症予防サイトに

<https://www.wbgt.env.go.jp/> に掲載されています。

気温 (参考)	暑さ指数 (WBGT)	熱中症予防運動指針	
35℃以上	31℃以上	運動は原則中止	特別の場合以外は運動を中止。特に子ども場合は中止すべき。
31~35℃	28~31℃	厳重警戒(激しい運動は中止)	熱中症の危険性が高いため、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける。10~20分ごとに休憩をとり水分・塩分を補給する。
28~31℃	25~28℃	警戒(積極的な休憩)	熱中症の危険が増すため積極的な休憩と、適宜の水分・塩分を補給。激しい運動は30分おきくらいに休憩をとる。
24~28℃	21~25℃	注意(積極的な水分補給)	熱中症が発生する可能性がある。熱中症の症状に注意し、運動の合間に水分・塩分を補給する。
24℃未満	21℃	ほぼ安全	熱中症の危険は少ないが、適宜の水分・塩分補給は必要。

