

キッズポートえきさいだより



令和8年 夏号

梅雨明け後は、急に気温が高くなり、身体が暑さに慣れていないため、熱中症のリスクが高まります。

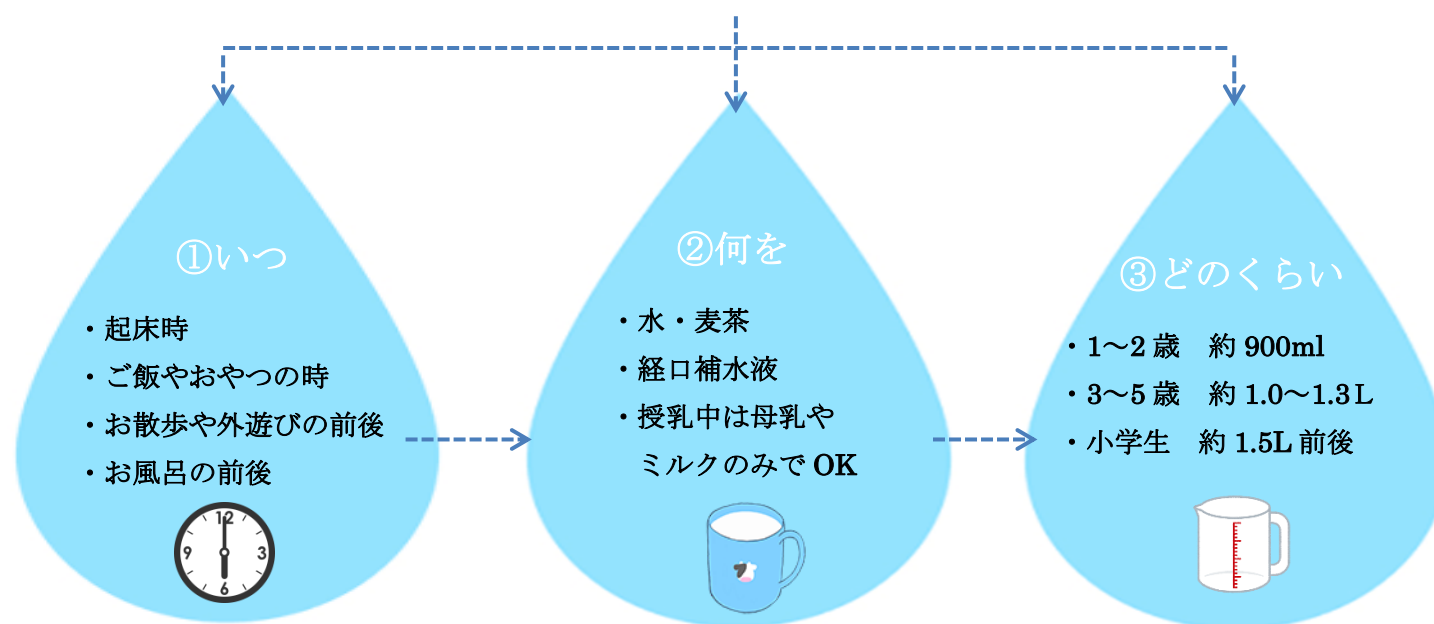
屋外だけでなく室内でも注意が必要です。



子どもの熱中症対策 ～水分補給について～

子どもは体温調節機能が未熟で、体温が上がりやすい特徴があります。また、喉の渇きにも気付きにくいいため、こまめな水分補給を心掛けましょう。

喉が渇く前に少量（50～150ml）の水分をこまめに（15～30分おき）飲みましょう。



熱中症サイン!!

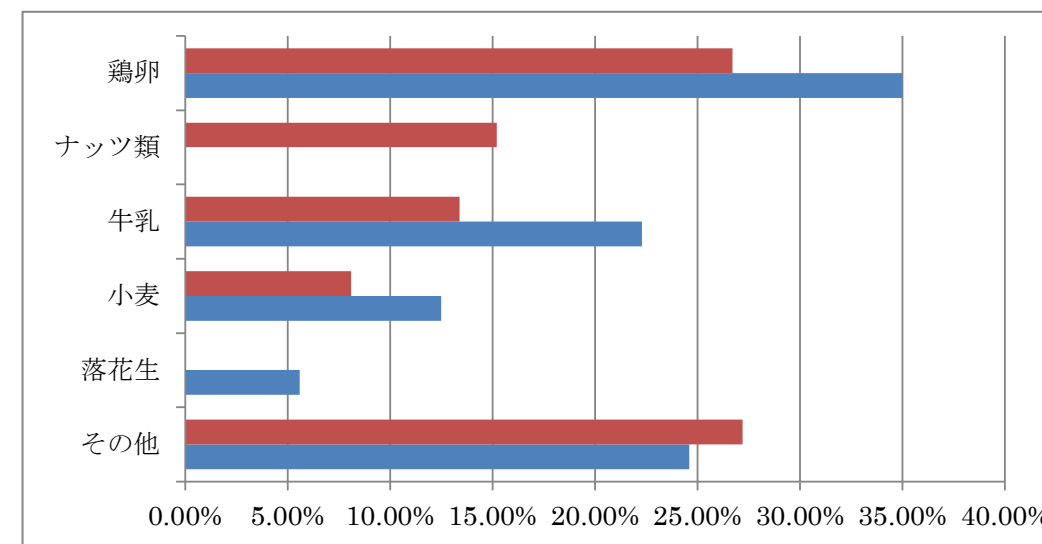
- ☐ 顔が赤い ☐ 元気がない
 - ☐ おしっこの回数が少ない ☐ 唇が渇いている
 - ☐ 頭痛を訴える・ぐったりしている・吐き気がする
- いつもと様子が違う時は、涼しい場所で休み、水分をとりましょう。
- 改善しない時は、医療機関を受診しましょう。

水分を嫌がる時は？

- 好きなキャラクターのコップを使う
- 少量ずつこまめに与える
- スイカやトマト、きゅうりなど水分の多い食材もおすすめ

食物アレルギーについて

以前は、「鶏卵、牛乳、小麦」が三大アレルギーとされていました。現在は、「ナッツ類」特にくるみの割合が急増しており、牛乳を抜いて第2位となっています。



■ 2025年
■ 2015年

消費者庁食物アレルギーに関する調査より

なぜ近年ナッツ類が増えているのか？

生活の多様化により、ナッツ類を使用した食品が増えています。ナッツ類は、お菓子やパンだけでなく、ドレッシング、シリアル、アイスクリーム、カレー、加工品などの意外な食品にも使用されています。

そのため、知らないうちにアレルギーを口にし、アレルギーが分かるきっかけになることがあります。

例えば...

くるみのアレルギーがあるお子さんが、外食で食べたドレッシングやケーキにナッツが含まれていたことに気付かず食べてしまい、アナフィラキシー症状を起こすことがあります。

見た目では分かりにくい食品もあります。外食時や市販食品を利用する際は、原材料表示を確認する習慣をつけ、安全に食事を楽しみましょう。

病児・病後児保育とは

子どもが発熱続きで、なかなか仕事に行けない…共働き家庭が増えてきている近年では、そんな悩みを抱えている家庭も多いです。

そんな時に助けになるのが、病児・病後児保育です。

利用状況

令和8年4月～6月は風邪、アデノウイルス、胃腸炎の利用が多かったです。

保育時間：月曜日～土曜日 8：00～18：00
（日祝・年末年始除く）

電話：052-654-2858

保育対象年齢：生後6ヵ月～小学6年生



キッズポートえきさい
HPはこちらから