

子どもの体調やプールに入らない子どもを把握し、見学する子どもを誤ってプールに入れることがないようにします。プール遊びの間はプールサイドから全体を見渡す役割の保育者を置きます。長時間プールに入りっ放しにならないようにし、適度に休憩します。日焼けや熱中症にも注意しましょう。

ケガなどに対応できるように救急用品やバスタオルを用意しておき、万が一の事故に備えて、救急時の対応、流れ、係分担を決めておきます。

プールの後は床が濡れて滑りやすくなります。濡れている部分を拭き、転倒を防ぎます。プールを使用していない時は、子どもが入って遊んだりしないように入り口に施錠します。

#### 4 ねっちゅうしょう 熱中症

**熱中症**とは、**熱射病**や**日射病**の総称です。熱射病は長時間、蒸し暑い場所にいたためにおこるもの、日射病は原因が日光によるものをいいます。熱中症になると、体内の水分や塩分が失われ、体温が急に上がり体温調節ができなくなります。

##### ●症状と対処法

めまい、フラフラする、身体の力が抜けた感じがする、吐き気、のどがかわく、頭痛などです。これらの症状がみられた場合には、涼しい場所に運んで衣服をゆるめ、身体を冷やします。脱水症状をおこしているので、水分補給を行います。水よりもスポーツドリンクなどのイオン飲料のほうが吸収が早く効果的です。ただし、市販のスポーツドリンクは乳幼児にとっては濃度が高すぎるので、2～3倍にうすめて使用するか、乳幼児用のイオン飲料を使用するようにします。

##### ●熱中症の予防

外に出るときには帽子をかぶります。長時間、炎天下で遊ばないようにし、時々休憩して水分補給します。

暑い日の外遊びはもちろん、運動会などの練習時にも気をつけなくてはなりません。練習中に子どもを園庭に待機させたまま、保育者同士がつい練習についての話し合いに夢中になり、子どもを暑い中で待たせるなどといった状況にならないよう、十分気をつけて保育を行います。

また、熱中症は屋外だけでおこるものではありません。蒸し暑い屋内でもおこる可能性があります。特に乳児などを保育する場合には、室温・湿度などの室内環境にも十分注意する必要があります。