



TEL :  
042-794-7954  
e-mail :  
[ookinaki@inagaki-hoiku.com](mailto:ookinaki@inagaki-hoiku.com)  
add :  
町田市原町田6-22-15

梅雨も明けて暑さ厳しい時期となりました。「毎日暑いですね。」があいさつの様な気候ですね。元気なお子さんでも、じっとしていても、日陰にいても、たくさんの汗をかきます。病気で熱が高いと、水分はもっと消費されます。脱水にならないための経口補水液の作り方のひとつをご紹介します。

1.水1リットル、砂糖大さじ4杯、塩小さじ1/2

2.上記をよく混ぜたら出来上がりです。

3.飲みやすくするため、レモン汁やオレンジジュース、リンゴジュースを大さじ1加えてもいいかもしれません。これは、下痢や嘔吐で体の水分が減ってしまった時にのむとよいでしょう。しかし、元気な時は、あまりおいしく感じません。病気で食欲が低下してお茶やジュースも飲めないときに作ってあげると、体が欲しがっているものを欲しがっている濃度で飲めるので美味しく感じるかと思われます。

痰がらみの咳で辛そうな場合も、水分摂取はとても大切でしっかり水分補給できていれば痰も絡むことなく自然に排出されます。



命の危険が感じられる暑さの時は、大人が必ず声をかけてクーラーのあるお部屋で過ごしましょう。

### 町田市の感染症週報（～7/23）

COVID-19の定点当たりの報告数が4.92→6.31前週より増加しています。

R Sウイルス感染症の報告数が先週より減少しています。ヘルパンギーナの報告数が警戒レベルを下回りました。

都内でも、ヘルパンギーナは減少していますが警戒レベルに達しています。今後の動向にご注意ください。



### 先月（7月）の利用状況

上気道炎（27）気管支炎（8）RS（4）感冒（7）急性胃腸炎（4）ヘルパンギーナ（2）等の理由で57件の利用がありました。他市利用は15件でした。