



たかさご保育園

梅雨があけるといよいよ子どもたちの待ちに待った「夏」がやってきますね。しかし、暑くなると食欲不振・睡眠不足になりがちです。梅雨どきから夏にかけて、夏カゼ(ヘルパンギーナ)、手足口病、咽頭結膜熱(プール熱)などが、発生しやすくなります。活動と休息のバランスをとり、ご家庭でもお子さんの健康管理には十分気をつけましょう。

保健行事

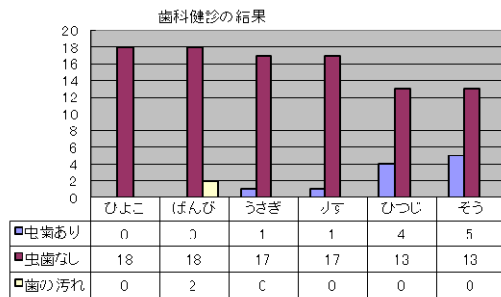
0才児健診 7/10 (火)・7/24 (火)・8/21 (火) 午後2:30～

嘱託医の吉崎先生による内科的健診です。地域の方の参加(健康相談等)も歓迎致します。身長・体重測定もしています。

行事の結果

視力測定 (4才児・5才児)

歯科健診/カラーテスター終了しました。



健診の目的は、早期発見、早期治療で子どもの心身の健康を守ることと、幼児(4才児)からは自分で守ろうという意識づけもありますので、お家の方でも点検磨きにプラスして励まし、自ら習慣づくように心がけましょう。4才児は、初めてのカラーテスターでしたが、3グループに分かれてスムーズに行えました。

※園での今年の夏の過ごし方(熱中症予防)とお願いについて

今年の夏も平年並みか高いとの予報が出されています。気温が高い日が続くこれからの時期は、熱中症にも注意が必要です。乳幼児は、体温調節機能が十分に発達していず、大人よりも低い位置に居る子どもは特に外出時、高温の環境下にいます。園では、夏場は、プール・水遊びを多く取り入れ、また、食事や午睡時などでは、適温の冷房を使用します。また、各室にある温湿度計にて確認し、がまんするのではなく、冷房や扇風機を適宜使い分け、子どもたちが、元気に夏をのりきることができるようにして行きたいと思えます。

※0才児から、個別のコップにて、こまめな水分補給を心がけています。

※タンクトップやノースリーブは、汗を吸わず、あせも(汗疹)ができやすくなりますので、

園内では、袖ありの衣服(半袖シャツ・Tシャツ)をお願い致します。

ご家庭では、次のことをお願いいたします。

☆早寝・早起き(睡眠不足は大敵=脳が疲労すると、体温をコントロールする機能も鈍くなります)

☆朝食を食べましょう(食事と一緒に水分、糖質がとれます)

※頭じらみについて

頭じらみは、不潔でなくても発生し、接触感染によって流行します。頭じらみは、年間を通して発生がみられています。中でも、夏の時期は発生が多くなります。保育園など集団で生活する場所では、一人に発生するとと次々と発生しやすい傾向があります。現在は、園での発生はありませんが、頭じらみ予防の観点から、園では、くし・ブラシの共用を避けています。髪の毛が長いお子さんは、個別にプールバックにくしまたは、ブラシ(記名したもの)を毎日ご持参下さい。

頭じらみが発生した場合は、お子さんだけに限らず、兄妹関係における発生の場合も、速やかに、園の方にもお知らせ下さい。

水遊びはこんな身体への利点があります・・・プール・水遊びが多くなります

- ※水の中のため、少ない力で全身の筋肉運動ができます。血液循環を活発にして、筋肉を発達させます。
- ※水による皮膚の刺激で皮膚を丈夫にして、自律神経の働きを活発にします。

下記のことに注意しましょう。

- ☆ 全身運動と体温が下がるため疲れますので、睡眠を充分にとりましょう。
- ☆ 思いっきり遊ぶ為にも、朝食を食べましょう。
- ☆ 耳あかがたまっていると、水が入るとふやけて大きくなり、圧迫し、細菌が繁殖して外耳炎をおこすことがありますので、除いておきましょう。
- ☆ 朝の健康チェックを確実にしましょう。
- ☆ 「とびひ」がある場合は、入れません。水遊び、シャワーは行うことがあります。
- ☆ 「水いぼ」がある場合は、乳児は分けて入ります。幼児は、抵抗力があるので、一緒のプールに入ります。
- ☆ 髪の毛が長いお子さんは、頭じらみ予防のために、毎日、個別にプールバックにくしまたは、ブラシを入れておいて下さい。くしまたは、ブラシには、必ず記名をお願い致します。



- ※ 薬を飲んでいる時は、プールに入れませんので ご家族の方からもお子さんへも一声かけておいて下さい。

とびひ(伝染性膿化疹)

乳幼児に多く、虫さされのあとや、傷などから感染して発生します。ブドウ球菌によるものがほとんどで、伝染性が強い為、注意が必要です。

症状：やけどのような水疱とジクジクしたかさぶたができ、汁が附着した場所に次々と出ます。

予防：夏場は高温多湿の環境で、あせも、湿疹、などもできやすいので、シャワーやお風呂に入り皮膚を清潔にし、汚れた衣服はこまめに着替え、爪は短く切るなど日常生活が予防につながります。また、あせも、湿疹、虫さされなどは早めに治療しておくことが大切です。

- ※ とびひは、体調をくずして抵抗力が落ちている時にかかる事が多いようです。とびひの治療を受けると同時に、早く体調を整えるためにも休養が必要です。保育園という集団の場では感染予防が優先になるため、年令、患部によっては登園停止となりますので、早期治療と感染予防のため、ひどくならないうちに皮膚科で受診して下さい。

あせも(汗疹)

汗やほこりなどで、汗腺がふさがり汗腺の出口周辺の皮膚が炎症を起こします。



症状：首や背中、ひじの内側などに赤色の発疹が広がります。乳児は、股や手足のくびれにもでます。細菌感染すると強い痒みが出て治りにくくなります。

予防：汗をかいたらこまめに拭き、皮膚の清潔を保ちます。搔きむしってしまうように爪は短く切りましょう。こまめにシャワーや着替えを行いましょう。薬をつけるときも、肌を清潔にしてからつけましょう。