

7・8月の保健だより



たかさご保育園

園内の笹飾りに、たくさんの願い事が揺れています。梅雨の晴れ間には元気いっぱいに外遊びを楽しんでいる子どもたちです。もうすぐプール遊びも始まりますが、これからの季節、気温も湿度も一気に上昇していきますので、食事や睡眠にはいつも以上に注意していきましょう。

～保健行事～

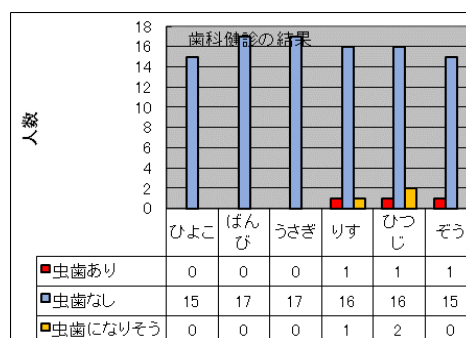
【0才児健診】各 14:30～

7月：11日（火）、25日（火）

8月：22日（火）（1回のみ）

【歯科健診（前期）】全園児終了いたしました。

- ・虫歯があったお子さんは、早めに歯科受診をしましょう。
- ・虫歯になりそうなお子さんには、寝る前の仕上げみがきを引き続きお願いいたします。また、歯の清掃や歯みがき指導なども歯科でご相談いただくことをお勧めします。



～プールについて～

《水遊びはこんな身体への利点があります》

- ・水の中では、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。
- ・水の感触や抵抗が五感を育て、気持ちを開放するなど様々な効果があります。

《以下の項目に注意しましょう》

- ・発熱、喉痛、眼の充血や目ヤニ、耳垂れ、耳の痛みなどの症状がある時にはプール（泥んこ遊び）に入れません。
- ・朝の健康チェックを確実に行いましょう。
- ・全身運動の遊びであり、また体温も下がるため疲れが出ることもあります。睡眠を充分にとりましょう。
- ・思いきり遊ぶ為にも、朝食を必ず摂りましょう。
- ・耳あかがたまっていると、水が入った時にふやけて大きくなり、圧迫され細菌が繁殖して



外耳炎をおこすことがありますので、取り除いておきましょう。

- 爪を短く整えましょう。
- 「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、乳児は個別のプールに入ります。幼児は、抵抗力があるので、一緒のプールに入ります。(水いぼの状態によっては、受診をお願いしています。)
- 髪の毛が長いお子さんは、頭じらみ予防のために、個別に対応します。毎日、プールバックにくし・ブラシを入れておいて下さい。くし・ブラシには必ず記名をお願いいたします(洗髪は、必ず、毎日お願いします)。
- 病休明けで登園した場合は、健康観察のために「プールに入らない」を基本としています。また、毎月曜日・祝祭日明けは、休み明けのために、プールはお休みとなります(シャワーは行うことがあります)。
- 風邪症状などで薬を飲んでいる時、ホクナリンテープを貼っている時はプールに入れませんのでご家庭でもお子さんへ、入れないという旨をお伝え下さい。
- 喘息、中耳炎、鼻炎やその他のアレルギー症状などの慢性的な病気で、継続して家庭で内服している場合は、かかりつけ医にご相談下さい。
(病気の程度や経過によって、医師の判断もその都度変わる場合もあります。)
- プールに入る場合は、剥がれたテープやパッチを
子どもが誤飲する可能性がある為、
テープ類・ムヒパッチは禁止です。



～夏の肌トラブル～

【虫刺され (蚊)】 大人が刺されると直後に腫れ、直に治まります。子どもは刺されてしばらく経ってから、大きく腫れて水ぶくれが出来ることがあります。掻き壊さないよう、早めに手当てしましょう。

- ①刺されたところを水で洗い流します。
- ②痒み止めに塗ったり、また塗らない場合は濡らしたガーゼやハンカチで包んだ保冷剤などをあてて痒みを和らげます。

【あせも】 汗の出る穴が詰まり、皮膚の内側に汗が溜まって炎症がおこる症状で、細かく赤い発疹とかゆみがあります。

- ①シャワーで汗をよく洗い流せると良いですが、外出先などでは汗の成分が皮膚に残らないよう、濡らしたタオルで汗を拭きとりましょう。
- ②汗をよく吸い取る綿の肌着や、シャツを着るようにしましょう。
- ③ひどくなるようなら、受診し塗り薬を処方してもらいましょう。

【とびひ】 皮膚を掻きむしって傷ができ、そこに細菌感染を起こしてジクジクした湿疹ができます。とびひは感染力が強い上に、ひどい痒みのため、掻いた手で体の他の部分を触ると、そこにも湿疹が広がります。

※園では園外保育時には、その都度ハッカ水スプレーをつけております。また各クラスに虫除けを置き、園庭は蚊取り線香や、ぶら下げ式の虫よけを使用しています。

園外活動時に、長袖長ズボンの着用で虫刺されを防ぐことも出来ます。園外活動時にご希望の場合は、担任までご相談ください。

～感染症への注意～

- ・国内での麻疹（はしか）の感染者が確認されております。麻疹は感染力が強く、感染者 1 人がいた場合、免疫が無ければ麻疹は 12～14 人（インフルエンザが 1～2 人に感染）が感染するとされています。マスクでの予防は難しく、予防法はワクチン接種になります。1 才を過ぎたら、MR（麻疹風疹）ワクチンを早めに受けましょう。

※自治体では、昭和 37 年～54 年生まれの方へ、抗体検査の無料クーポンを配布しているとのことです。保護者の方もご活用ください。

- ・夏季には海外からの旅行者も増えたり、海外への渡航のご家庭もあるかと思えます。コロナウイルスやその他の感染症防止のため、海外・国内旅行後に発熱・咳・下痢・倦怠感・発疹・黄染などの症状がある場合は、受診をしてから登園しましょう。

