

7

月号 ほけんだより



いよいよ梅雨の季節となります。じめじめと蒸し暑い日があると思うと、ひんやりと肌寒い日もあります。天気や気温の変化で体調を崩しやすくなるので注意が必要です。調節できる衣服で快適に過ごせるようにしていきましょう。また、食中毒や感染症が流行する季節でもあります。衛生面にも気を配っていきましょう。

水遊び・プールが始まります！

園では、気温などを見ながら、安全に配慮して水遊びを始めます。園でもお子さまの体調をよく見ていきますが、朝、体調不良はもちろん、「いつもとちがう」ことがありましたら職員にお伝え下さい。

～プールに入る前の健康チェック～

- 前日、よく眠れましたか？
- 熱は何度ですか？
- 咳・鼻水は出ていませんか？
- 目やにが出たり、目が赤くなったりしていませんか？
- 食欲はありますか？
- 下痢やお腹は痛くありませんか？
- 皮膚に異常はありませんか？



●水遊びは、体力を消耗します。夜は早めに寝かせるなどして、疲れを残さないようにしていきましょう。ご協力をよろしくお願いいたします。

夏の肌トラブルについて

あせもができた！

汗を分泌するところに、汗やほこりなどがつまって炎症が起こった状態です。汗をかきやすい部位に赤い小さなポツポツがたくさんできて、かゆくなります。

＝ケア＝ ①お風呂でよく洗い流しましょう。

②汗の成分が皮膚に残らないようにこまめにタオルで汗を拭きとりましょう。

③夏でも忘れずに保湿しましょう。

蚊に刺された！

小さな子どもは、刺されてしばらくたってから、赤くはれたり、水ぶくれになったりし、数日続きます。かき壊さないよう、早めに手当てしましょう。

＝ケア＝①刺されたところを水で洗い流します。

②かゆみ止めを塗ったり、ぬらしたタオルやハンカチで包んだ保冷剤などを当てたりして、かゆみをやわらげます。

③治りが遅い、広がった、湿疹が変化した(ジクジク)時は、小児科や皮膚科を受診しましょう。

6月の感染症報告

* ヘルパンギーナ 3件

* 突発性発疹 2件

* 流行性角結膜炎(はやり目) 1件