

けんこうだより 6月

令和6年6月1日発行

なかのしまのぞみ保育園

梅雨の季節になりました。天気や気温の変化が激しいこの時期には、熱中症にも注意が必要です。

こまめな水分補給とお子様の体調管理に気をつけましょう。

5月の感染症情報です。乳児クラスを中心手足口病19名、溶連菌感染症2名でした。

その他、熱性けいれんやものもらい、中耳炎、胃腸炎のお子様もいました。

引き続き体調管理には注意していきましょう。

虫除けについて

虫刺されは、かきこわしてしまつてとびひになることがあります。早めのケアと予防を心がけましょう。

保育園では外に出る際、市販の虫よけを使用し、さされた場合には冷やしたり、ムヒベビーを塗ったりして対応しています。そのため虫よけシールは乳児誤飲のため使用を禁止しています。同様にムヒパッチもお控えいただいておりますのでご協力よろしくお願いいたします。

○虫刺され予防○

- 肌の露出をなるべく防ぐ(長スポンの着用)
- 虫の多い時間帯や場所をなるべく避ける

刺されてしまったら…

- ・患部を洗って冷やす
- ・薬をぬる
- ・かきおしらないよう工夫する



健診のお知らせ

★歯科検診(全園児対象)

6月5日(水)9時30分～

今年度も石井歯科の宮内先生に見て頂きます。虫歯がないか、歯垢が残っていないか、歯肉や噛み合わせの状態を見てもらえる良い機会となります。当日の朝は丁寧に歯磨きをしてきて下さい。仕上げにフロスを使用することをお勧めします。

★園医健診

6月14日(月)14時15分～

※園医健診は0歳児1歳児対象です
前回プール前健診を受診出来なかったお子様は今回一緒に受診します。

虫歯

は食べ方で防ぐ!?

「甘いものを食べると虫歯になる」とよく言われますが、じつは、問題なのは「食べ方」です。食べ方を見直して、虫歯を防ぎましょう。

こんな食べ方が虫歯のもとに

だらだら食べる

遊びながらおやつを食べたり、食後に歯みがきをしなかったりすると、口の中に汚れが長時間たまり、虫歯を招きます。あめやキャラメルなど、長い間口の中に入れてままになるお菓子も要注意です。

やわらかいものばかり食べる

唾液には、口の中をきれいにし歯を守る働きがありますが、やわらかいものはそれほどかまないのので、唾液があまり出ません。また、歯にこびりつきやすく、虫歯を招きます。

虫歯を防ぐ食べ方に変えよう!

おやつの時間を決める

時間を決めて、しっかり区切りましょう。甘いものを食べても、その後しっかり歯をみがけば安心です。



よくかんで食べる

よくかむと、唾液がよく出ます。「よくかんで」と言っても、子どもにはわかりにくいので、野菜類や海藻類、きのこ類など、かみごたえのある食材の様子を見ながら取り入れましょう。



【5月の幼児対象の健康教育】

テーマ「プライベートゾーン」

今年は3歳児4歳児クラスは「おしえて！くもくん」、5歳児は「うみとりくのかからだのはなし」という絵本を使用してプライベートゾーンについてお話しました。今年は昨年とは違う絵本を使用していたのですが、事前にプライベートゾーンはどこ？という質問に答えられる子ども何人かいました。これからプールが始まると水着のお着替えも始まるので、女の子男の子それぞれ分かれて、上手にお着替えが出来るようになると良いです。そして一人一人自分自身の身体も大切に出来るようになると良いですね😊

高熱に注意！

溶連菌感染症

突然高熱の出る、非常に感染力の強い病気です。下記の症状が見られたら、早めに受診しましょう。

症状

- 突然高熱が出て、のどがはれて痛みが出る
- 全身に発しんが出る
- 舌にイチゴ状の赤いぶつぶつが出る
- おう吐、頭痛が起こる

注意 症状が落ち着いたからと薬をやめると、腎炎などになる危険が。医師の指示どおり最後まで飲みましょう。

注意 抗菌薬を飲んでから24～48時間は登園停止です。

けいれんが起きたら…？

子どもがけいれんを起こしたら、まず衣服をゆるめ、嘔吐物を喉に詰まらせないように横向きに寝かせます。けいれんの続いた時間を計って記録し、医師に伝えましょう。



やっではダメ！

舌をかまないようにと、口の中に布などを詰めるのはやめましょう。窒息の原因になります。また、けいれんしている子どもを揺さぶったり、押さえ付けたりしてはいけません。様子を静かに見守りましょう。



けいれんが起きたら救急車を呼ぶべきかどうか、判断に迷うところです。次のような症状があれば、至急呼びましょう。

- ・けいれんを起こすのが初めて
- ・頭を打った後にけいれんを起こした
- ・10～15分経過しても、けいれんが止まらない
- ・体の一部だけがけいれんしている
- ・けいれんが止まって、再度けいれんが起こった時
- ・けいれんが治まっても、意識が戻らない
- ・嘔吐や頭痛を伴うけいれん