



ほけんだより 7月号

令和4年7月1日
すくすくどろんこの会
よしかわ杜の保育園
統括看護師：山口 友恵
看護師：小薬 智子

暑い日が続くようになり、熱中症が心配な時期となりました。急激に気温が上がった日は特に注意が必要です。普段からの外遊びで身体を鍛え、喉がかわいていなくても水分をこまめに摂取するようにしま

**楽しい
水遊びが始まります♪**

.....

子どもたちが大好きな水遊びが始まります！楽しく、安全に遊べるように、ご家庭で以下の事をお願いいたします

- ①毎日お風呂に入り、洗髪する
- ②爪を切る
- ③朝ご飯をしっかり食べる
- ④たっぷり寝る

水いぼ、とびひなど皮膚の病気や、結膜炎、中耳炎などの目、耳、鼻の病気にかかっていたら、水遊びが始まる前までに病院受診をしましょう

夏に気を付けたい感染症

ヘルパンギーナ
突然の高熱が数日続く。喉の痛み、口や喉に白っぽい水ぶくれができて痛む。

手足口病
口の中に発疹ができ、痛むため飲食をいやがる。手の平、足の裏などに水疱ができ、発熱することもある。

咽頭結膜熱(プール熱)
アデノウイルスによる感染症。高熱が続き、喉の痛み、目の充血やかゆみなど結膜炎のような症状も出る。うつりやすいため、家族みんなでこまめに手を洗い、タオルの共用はやめましょう。

流行性角結膜炎(はやり目)
アデノウイルスによる感染症。目が腫れ、充血し、目やにや涙が出る。タオルの共有はやめましょう。

▽皮膚のケア▽

子どもは新陳代謝が活発で、たくさんの汗をかきます。放っておくと皮膚(ひふ)のトラブルにもつながるので、体を清潔にして快適な毎日を送れるようにしましょう。下記他に濡れタオルで優しく拭き取ることも効果的です。

汗をかいたら、こまめにシャワーを浴びましょう。

お風呂上がりは、バスタオルでしっかり体を拭きましょう。あせもができている時は、上から優しく押さえて水気を取ります。

乳児には、お風呂上がりの清潔な状態で、保湿クリームをつけましょう。

歯磨き指導

日時:7月5日(火) 10:30~

対象クラス:きりん・ぱんだ・らいおん組

※特に用意していただく物はありません

歯磨きの必要性を教えてください

きりん・ぱんだ・らいおん組さんに、手洗い指導を行いました。

特に、洗い残しが多かったのが、指の間と手首、指先でした。

楽しく日々の習慣づけにしてもらう様に、ポーズの手洗いの仕方をしています。ご自宅でも、同じやり方でやっていただけると助かります。

ひよこ・うさぎ・こぐま組も、手洗い場に貼ってあり、見て洗っています。

洗いは、裏面を参照してください。

ポーズは6つです！

子どもたちにも聞いてみてください♪

夏も、上記に記載した感染症が流行します。自宅でも、手洗いの習慣づけをお願いします。

夏こそしっかり保湿をし、丈夫な皮膚を作りましょう！夏はさっぱりとしたローションタイプがおススメですが、皮膚状態に合わせてご使用下さい。

六つのポーズ

花王ビオレuのホームページを基に作成

1 おねがいのポーズ

手のひらを合わせてスリスリ



2 カメのポーズ

親子ガメのように両手を重ねて



3 お山のポーズ

指と指を組んで三角のお山を作ってゴシゴシ



4 おおかみのポーズ

おおかみのようにつめを立ててゴシゴシ



5 バイクのポーズ

ハンドルを握るように、親指のつけ根からぐりぐり



6 つかまえた!のポーズ

手首を握ってぐりぐり



