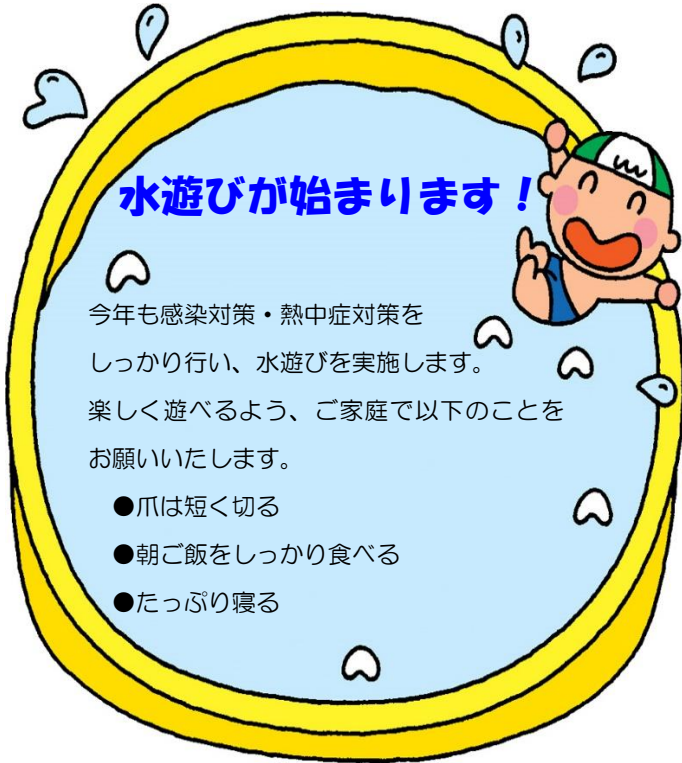




ほけんだより 7月号

令和3年7月1日
すくすくどろんこの会
ちいさな杜の保育園
統括看護師：山口 友恵

夏のような日差しが降り注ぐなか、子どもたちは水遊びを楽しんでいます。これからさらに気温も湿度も上昇していくので、食事や睡眠にはいつも以上に気を配っていきましょう。園では、環境省から配信されている暑さ指数をチェックし、こまめに水分補給をしながら、外遊びを行っていきます。



水遊びが始まります！

今年も感染対策・熱中症対策を
しっかり行い、水遊びを実施します。
楽しく遊べるよう、ご家庭で以下のことを
お願いいたします。

- 爪は短く切る
- 朝ご飯をしっかりと食べる
- たっぷり寝る

覆えない部位に水いぼがある場合、水遊びの活動ができません。早めの治療をお願いします。

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。高熱が続く、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。



いずれも出席停止になります。感染力がとても強いです。必ず受診し、医師の診断を受けてください。

夏のスキンケア、ここをチェック！

① 夏こそ保湿！

肌のバリア機能は3歳ごろにはだいぶ強くなりますが、子どもの皮膚は大人より薄く、敏感です。夏は、さっぱりとしたローションタイプの保湿剤などを使って、よい状態をキープしましょう。



② つめは短く切りましょう

虫刺されなどをかきむしって皮膚を傷つけると、細菌が皮膚に感染してとびひの原因となります。つめは短く切って、角はやすりで丸くしてあげましょう。1週間に一度はつめを見て、こまめに切ってください。



③ 日焼け止め、虫よけは正しく使って

日焼け止めや虫よけは、かぶれないかどうか、少量試してから使ってください。虫よけには、揮発成分を含むものがあるので、日焼け止めを塗ってから虫よけを使うとよいでしょう。ただ、日焼け止めも虫よけも肌には刺激になるので、薄い長そでをはおらせるなど、肌の露出を避ける工夫も大切です。



夏にしっかり保湿することで、冬の乾燥に負けない肌をつくります！

歯科健診のお知らせ

日時：7月21日(水)
9時半～

歯科園医：西の原歯科クリニック

※当日は、歯磨きをしっかり行っ
からの登園をお願いいたします。

