



保健だより



令和6年度 7月
面川報徳保育園

夏の日差しが降り注ぎ、子ども達の大好きな水遊びも始まりました。暑さに負けず、元気に外遊びをする子どもたちの姿がたくさん見られます。気温も湿度も一気に上昇していくこれからの季節、食事や睡眠にはいつも以上に気を配っていきましょう。



夏に注意！

～子どもに多いケガ、事故～

熱くなっていますか？

- ・炎天下の自転車の椅子
- ・チャイルドシートの金具
- ・公園の遊具の鉄
- ・日射病
- ・花火でのやけど



座る前、遊ぶ前にまず確認！



海・プールのトラブル

- ・強い日焼け(日光皮膚炎)
- ・溺水



海、プールで遊ぶ際は、子どもから絶対目を離さない！

ヘルパンギーナ

症状

夏によくかかるウイルス性の夏風邪の一種。のどの痛みを伴う、39℃以上の高熱が2～4日続きます。のどの奥が赤くなり、小さな水疱、潰瘍(かいよう)が見られるのが特徴です。下痢・嘔吐の症状が出ることもあります。



家庭での処置

高熱が出るため、脱水症状や熱性けいれんを起こすこともあります。熱性けいれんの既往がある場合は注意しましょう。(5分以上けいれんが続くようなら救急車を呼んでください。)水分補給をしっかりと行い、嘔吐が見られたり、食欲が激しく低下しているようなら、医療機関を受診しましょう。

～歯科検診～

6月18日(火)に歯科検診を行いました。
面川保育園では、開咬(かいこう)の園児が減ってきているとのことでした。おしゃぶりや指しゃぶりが原因で開咬になり、前歯の隙間が開いてくることがあるため、なるべく4歳までにはやめるようにしましょう。

甘い物＝虫歯ではなく、だらだら食べが一番キケンです！「食べた磨く」を習慣づけ、寝る前はなるべく仕上げ磨きを行いましょう。

※開咬…奥歯でかんだ時に、上下の前歯に隙間が開いていること。歯の間からよく舌のぞくのが特徴的



ドキドキするなあ…



上手にできたよ！



大きなお口であーん！

虫よけについて

虫刺されは掻きこわしてしまったり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。

◎虫刺され予防◎

- 肌の露出をなるべく防ぐ
- 虫の多い時間帯、場所を避ける
- 虫よけグッズを使用する

網戸に虫よけスプレーをしたり、虫よけパッチやリストバンドを身に付けさせるなど、ご家庭でも簡単にできる虫よけ対策を行いましょう。また、外出時や登園前に虫よけ(スプレータイプ、ウェットティッシュタイプなど)を行うのも効果的です。

◎刺されてしまったら…◎

- 患部を洗って冷やす
- 薬を塗る



症状や、お薬のことなど気になることがありましたら、何でもご相談ください ☎ 萱森