



保健だより 6月号

令和元年6月3日(月) 八千代保育園

ジメジメとした梅雨の季節は、気分も晴れず、ふさぎ込んでしまいたくなる事もありますが…雨が降っていない日は出来るだけ外の空気に触れ、のびのび遊びたいものですね。

この時期は、天気も変わりやすく急に暑くなる日もあれば、肌寒い日もあり、体調を崩しがちです。

園でも、いつも以上に室温・湿度、水分補給、衣服の調整等に気を付けていきたいと思っています。

また7月からは水遊び・プール活動が始まります。

お忙しいとは思いますが、今一度、お子さんの体調と共に皮膚の状態を確認してあげて頂ければと思います。

虫刺されからの「とびひ」や「水いぼ」「汗疹」が心配な場合は早めの受診をお勧めします。

「とびひ」「水いぼ」になるとお子さんがどんなに元気で、楽しみにしていても、入水ができなくなる事があります。

ご協力・ご理解の程宜しくお願い致します。

とびひ・水いぼ・汗疹について
裏面もお読み下さい

今年も、上記にもありますが**歯と口の健康週間**中の
6月5日(水)に**歯科健診**を予定しています。
体調不良の理由でなければ、
登園して頂きますようお願い致します。

6月4日～10日は『歯と口の健康週間』です。

歯みがきのポイント

- ひざの上に子どもの頭を乗せ、寝かせみがきをします。
- 鉛筆と同じように歯ブラシを持ち、軽い力でみがきます。
- 奥歯の溝、歯と歯ぐきの間、歯と歯の間、歯の裏は特に丁寧にみがきます。
- 前歯は歯ブラシを90°にあててみがきましょう。
- 歯と歯ぐきの間は歯ブラシを45°にあてましょう。

虫歯ゼロの健康な歯を目指して、1本ずつ丁寧にみがいていきましょう！



6月の保健行事

日程	内容
6月 5日(水)	歯科健診：全園児
6月 6日(木)	0歳児健康診断：内海園医
6月12日(水)	身体測定：全園児
6月26日(水)	保健衛生指導(プール活動について)：幼児

とびひ

アトピーやあせも、虫刺され、すり傷などを手で触ったりかいたりすると、皮膚の表面に複数の細菌が付着して繁殖し、皮膚がただれたり、水ぶくれになったり、かさぶたになったりします。なかでも黄色ブドウ球菌は高温多湿を好むため、夏になると流行します。



患部を触った手で体の他の場所に触れると、感染がさらに広がります。ガーゼなどで覆って、患部に直接触れないようにしましょう。状態がひどい場合は医療機関に相談し、内服の抗生物質を処方してもらいます。子どもの間で感染しやすいので、家庭でもタオルの共有や、兄弟との入浴は控えましょう。虫刺されやすり傷などは放置せず、しっかりと消毒をして清潔にし、とびひにならないように注意が必要です。汗をかいたらこまめに着替え、爪は短く切り、毎日シャワーを浴びて体を清潔に保つことが一番の予防法となります。

あせも

汗の出る穴が詰まり、皮膚の内側に汗が溜まって炎症が起こる症状で、細かく赤い発疹が出ます。綿などの吸湿性・通気性のある衣服を選んで、汗をかいたらこまめに拭き、衣服を着替えさせるのが一番の予防法です。シャワーや沐浴など、スキンケアで治まることもあります。かゆみがある時は、冷たいタオルで冷やすなどして、なるべくかかないようにしましょう。ステロイド系の外用薬がひどくなったあせもには有効です。



水いぼ

ウイルスの感染によってできる「いぼ」の一種で、ぷつとした水ぼうが体全体に散っていることもあれば、部分的に固まって発症することもあります。乾燥肌やアトピー性皮膚炎の人が、かかりやすい傾向にあるようです。時間はかかりますが、自然治癒します。爪を短く切って清潔にしておき、患部をかいていぼをつぶしたりしないようにしましょう。