



保健だより

2021年 7月

社会福祉法人清和会

認定こども園みなみ保育園



うっとおしい梅雨が明けると、子ども達の大好きな水遊びの季節です。水遊びは、全身で水の感触を楽しみながら気持ちを開放し、水刺激で皮膚を丈夫にしたり、温度に対する抵抗力を養って丈夫な体をつくる最高の遊びです。夏ならではの遊びを思い切り楽しみながらも、健康管理に十分気を付けて、暑い夏を乗りきりましょう。

新型コロナウイルス

日頃より感染予防対策にご協力いただき、ありがとうございます。コロナ禍でも、少しずつ日常を取り戻しつつありますが、園では引き続き、検温・手洗い・消毒・換気・マスクの着用に取り組んでいきたいと思っております。また、県外および感染拡大地域へ出かけた際には、職員まで連絡をお願いします。

のびのび爪はバイキンの巣



爪が伸びていると、爪や皮膚のトラブルを起こしやすくなります。爪と指の間にバイ菌が繁殖しやすくなり、子ども達の柔らかい肌を傷つける危険性もあります。子どもは大人より爪の伸びが早いので、こまめに切るようにしましょう。ただし、深爪には注意しましょう。肌を傷つけ、化膿するとトビヒの原因になります。園では、毎週月曜日に、爪のチェックをしています。



気を付けよう 熱中症

夏の強い日差しや高温多湿の環境は、子どもの体に大きな負担がかかります。汗がかけなくなることで、体温調節が出来なくなるために起こります。体調によりますが、気温32℃以上、湿度60%以上の環境で、水分補給をしないで運動をすると発症しやすいと言われます。子どもは大人よりも脱水症状を起こしやすいので、より一層の注意が必要です。

☆熱中症にならないために☆

- ・外に出るときは、必ず帽子を被りましょう。
- ・外に出る時間帯を配慮しましょう。
- ・水やお茶など、こまめに水分補給をしましょう。
- ・エアコンの設定温度は、夏でも外気温の「マイナス5℃以内」を目安にしましょう



夏に多い感染症

～手足口病～

手足や口の中に、小さな水泡ができる。口内炎の為に食欲が落ちたり、軽い発疹や喉の痛みがあることもある。

～プール熱（咽頭結膜炎）～

39℃～40℃の高熱や喉の痛みに加え、目の痛みやかゆみ・充血など結膜炎のような症状が出る。プールで移ることが多い為、プールの後はシャワーや洗眼をしましょう。

～ヘルパンギーナ～

高熱、のどの痛みが特徴。喉に水泡や腫瘍ができて痛みがひどく、乳児の場合はミルクが飲めなくなるほどになる。喉の痛みは、熱が下がっても続くことがある。

～トビヒ～

虫刺されや湿疹を掻きむしった後に黄色ブドウ球菌が感染して起き、皮膚にできた水ぶくれが破けて赤く剥けたような状態になる。皮膚が弱いとなりやすく、発熱することもある。

