



# 保健だより

2020年 4月

認定こども園大津保育園 0293-46-5811



ご入園・ご進級おめでとうございます

いよいよ新生活のスタートです！新しい部屋、新しい担任にちょっぴり緊張気味な子ども達。疲れも出やすい時期かと思いますので、体長管理に気をつけて保育をしていきたいと思えます。保健だよりを通して健康に関する情報や流行の時期の病気など紹介いたしますのでぜひ参考にしてみてください！！

## 2020年度 保健年間予定

- 4月 内科検診 歯科検診
- 5月 尿検査（3歳児クラス以上）
- 10月 内科検診 歯科検診
- 尿検査（3歳児クラス以上）
- 毎月 身体測定



\*なるべく欠席をせずに受けていただきますようお願いいたします

## 知っておいてね！相談できる所

子どもの急な病気に困ったら、まず電話を！！小児科医師・看護師から適切なアドバイスや対処の仕方、受診する病院などのアドバイスを受けられます。

子ども救急電話相談

プッシュ回線 #8000

すべての電話から ☎03-5367-2367

受付時間 月～土 17:30～翌朝 9:00

日・祝 9:00～翌朝 9:00

## 子どものアレルギーがわかる Q&A

Q1 アレルギーとはなんですか？

私たちの体は細菌やウイルスなどの侵入者から身を守り、これらの異物を効果的に排除する仕組みがあります。この仕組みを「免疫」といいます。一方で細菌などとは異なり健康を害するものではないことから、積極的に排除する必要がない異物（例えばダニ、ホコリ、花粉など）もあります。この異物に対して、過剰に免疫の仕組みが発動し、全身又は一部に不利益な症状を誘発することを「アレルギー」といいます。

Q2 アレルギーにはどのような種類がありますか？

代表的なものは6つ。気管支喘息、アトピー性皮膚炎、食物アレルギー、アレルギー性鼻炎、アレルギー性結膜炎、花粉症。アレルギーを引き起こす原因は、ダニ、ホコリ、動物（毛・唾液・糞尿）、花粉、食物、カビ、昆虫、金属、薬物などがあげられます。

Q3 アレルギー症状にはどのようなものがありますか？

気管支炎喘息は呼吸症状（咳、ゼイゼイ、ヒューヒュー、呼吸困難など）、アトピー性皮膚炎は湿疹、かゆみ、アレルギー性鼻炎は鼻水、鼻づまり、アレルギー性結膜炎は充血、目やに、かゆみを伴います。食物アレルギーはあらゆる臓器に症状が現れ、最も多いのはじんましんですが、その他、呼吸症状、腹痛、嘔吐、下痢、鼻症状、目症状なども現れます。特に複数の臓器症状が一度に急速に出現した場合を「アナフィラキシー」といい、最悪の場合命を落としかねません。

Q4 アレルギーは増えているのですか？

アレルギーは増えていて、特に花粉症、食物アレルギーが増加しています。気密性の高い密閉された環境は、ダニ、ホコリ、カビを増加させ、植林事業でスギ花粉を増加させ、車社会、工業の発展により大気汚染を悪化させ、衛星概念の進歩は一部の過剰な衛生管理を導き、ストレスを抱えた社会生活などが複雑に関連してアレルギー疾患の増加に関係していると考えられています。

おねがい

週末に爪を切る習慣を！！爪が長いのは不衛生です。また友達を傷つけてしまうかもしれません。