



7月のほけんだより

令和5年7月発行
あすなろ保育園

熱中症が心配な季節になりました。体が暑さに慣れていない梅雨明けや、急激に気温が上がった日は特に注意が必要です。のどが渇いていなくてもこまめに、早いタイミングで水分を摂るようにしましょう。また、バランスのとれた食事や十分な睡眠をとり、元気に過ごせるようにしましょう。

7月の保健行事

18日(火) 午後1時～ 歯科検診(もも組～さくら組)

検診の日にお迎えの早い場合は、順番を調整しますのでお知らせください。

すみれ組、れんげ組、さくら組さんを対象にダウンメディアの取り組みとして元気いっぱいチャレンジカードを先月、実施いたしました。

現在、集計中にて後日、結果を報告いたします。

今後、8月にも行う予定ですのでご協力をよろしく
お願いいたします。



【エアコンと換気について】

先月から気温の高い日にエアコンを使用しています。感染対策としては換気が必要であるため、エアコンを使用しながら常時換気しています。

【園庭・プール遊び】

園庭にはミストを散布し、子どもたちは、帽子をかぶり水分を取ってから園庭に出ます。園庭遊びの時は、熱アラーム「暑さ指数(WBGT値)」を測定します。「暑さ指数」が31℃以上に上がる炎天下の時は外に出ないで部屋の中に入って過ごします。また、プールへの直射日光を遮るためテントを使用し、体温上昇を防ぐためシャワーも設置して使用しております。

歯みがき指導を行いました



たんぼぼ組・すみれ組・れんげ組・さくら組で歯みがき指導を行いました。

たんぼぼ組(2歳児)

すみれ組(3歳児)

れんげ組(4歳児)

さくら組(5歳児)



＜かみしばい＞
バイキン
どうぶつえんへ
ようこそ



- ・虫歯になりにくいおやつ、なりやすいおよつのはちがい？
- ・6歳臼歯について

外であそぶとき 帽子をかぶろう！！

紫外線の影響や熱中症をふせぐために、晴れた日の外出時には、帽子をかぶる習慣をつけましょう。頭部に熱がこもらないように、帽子は通気性のよいものを選び、こまめに汗をふきましょう。



どうしてむし歯になるの？ むし歯になったらどうなるの？

各年齢に合ったお話をしました。歯ブラシさんこんにちは！さようなら！と、歯ブラシの持ち方を確認しながら上の歯、下の歯を磨きます。さくら組では、甘いおやつに砂糖が多く使用されていることとお話しすると驚いた様子でした。また、6歳臼歯(永久歯)を大切にするため、奥の歯までしっかりと磨くことも伝えました。

どのクラスの子どもたちも熱心に話を聞き、歯みがきの大切さを学ぶことができました。おうちでもぜひ実践していただき、お子さまが歯磨きをした後は仕上げ磨きもしましょう。

夏に多い感染症

ヘルパンギーナ

- 原因** コクサッキーウイルスA群などに飛沫感染することで発症。
- 症状** 高熱、のどの痛みが特徴。のどに水ほうや潰瘍(かいよう)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。
- 対策** のどの痛みは、熱が下がってからも続くことがある。熱やのどの痛みがあるうちは、安静に過ごすように。



咽頭結膜熱(プール熱)

- 原因** アデノウイルスによる飛沫感染。目やにや便からうつることも。プールの水を介して感染することがあるので、「プール熱」と呼ばれます。
- 症状** 39℃以上の発熱とのどの痛みがあり、目のかゆみ、痛み、充血、涙など、結膜炎のような症状が出るのが特徴。
- 対策** 感染したら、症状がなくなってから2日経過するまでは登園停止。自宅で安静に過ごすように。



とびひ

- 原因** 虫刺されや湿しんをかきむしったあとに黄色ブドウ球菌が感染して起こります。症状がどんどん広がっていくことからこの名称と呼ばれます。
- 症状** 皮膚に水ぶくれができ、破けて赤くむけたような状態になります。発熱することもあります。
- 対策** 主な治療法は抗生物質の使用ですが、衣服を清潔に保つこともたいせつです。患部をガーゼなどで覆って登園しましょう。また、患部がじくじくしているときは症状が悪化しやすいので、プールは避けましょう。

水いぼ

- 原因** ポックスウイルス群が原因。タオルやビート板の共有、体の接触などで感染します。
- 症状** 粟粒大のいぼが胸や腹、わきの下などにできて広がります。
- 対策** 完治まで半年から1年半程度かかる。自覚症状がなければ治療は不要。肌のバリア機能が低下しているときや、かゆくてかきこわしてしまうようなら、医師と相談のうえ、いぼを取ったり、薬による治療を行うこともあります。