



ほけんだより 6月



梅雨の季節になりました。雨の日には雨の日だからこそその楽しみを見つけ、晴れた日には体を動かし汗をかきましょう。寒暖差で体調を崩す人も多くなる時期ですが、夏に向け少しずつ体を暑さに慣らして、暑さに強い体を作りながら、元気に梅雨を乗り切りましょう。

梅雨の時期 こんなことに気をつけて！

調節しやすい服装で

暑かったり肌寒かったりするので、上手に衣服で調節しましょう。

体を清潔に

ムシムシして汗をかきやすいので、こまめに着替えたり、汗を拭くようにしましょう。

雨の日はケガに注意

傘で周りが見えにくかったり、道路の白線やマンホールなどは、足もとがすべりやすくなっていますので気をつけましょう。

食中毒に注意

予防の基本は手洗いです。

～虫さされ～

乳幼児は体温が高く、蚊に刺されやすい傾向があります。個人差がありますが皮膚アレルギー反応を起こし、かゆみや赤く腫れることもあります。

気をつけることは・・・

- ・市販の虫除けを使用してもよいが、ディートを含む場合は使用方法に注意する。
- ・蚊が多い場所にはなるべく行かない。行くときは濃い色の服は避け、長袖長ズボンを着用する。
- ・刺された部分は洗い流し清潔にする。冷やすことによってかゆみがやわらぐ。
- ・かくと症状を悪化させたり、とびひになるので、かかないよう注意する。
- ・必要に応じて医師の診察を受け、処方薬を適切に使用する。

ディートとは…虫の忌避剤（虫除け剤）として用いられる物質。まれに皮膚炎や神経症状を起こすなどの報告もある。

厚生労働省の安全対策では

- ・6ヶ月未満の乳児には使用しない
- ・6ヶ月以上2歳未満 1日1回
- ・2歳以上12歳未満 1日1～3回
- ・顔には使用しない となっています。



※当園では戸外活動前などに、ディートを含まないアロマの虫除けスプレーを使用しています。刺されてしまった場合は、できるだけかかないように、タイツコウでかゆみをおさえるようにしています。

5月の感染症 アデノウイルス感染症 1名

アデノウイルスによる感染症に、夏かぜの代表ともいえる咽頭結膜炎（プール熱）があります。今回は結膜炎症状がなく、咽頭結膜炎ではありませんでした。

夏かぜといえば他にヘルパンギーナ、手足口病もあります。どれも口腔内や喉に痛みが生じ、食欲が落ちることがあります。そのような時は、辛いもの、酸っぱいもの、味の濃いものは避け、口当たりの良いものにしましょう。

6月の保健行事

- 11日（月）身体測定（もも・つぼみ）
 - 12日（火）身体測定
 - ・ワンポイント話（幼児）
 - 13日（水）身体測定（たんぼぼ・つぼみ）
 - 15日（金）全園児内科健診
 - 28日（木）全園児歯科健診
- ※歯科健診の日は、できるだけ私用のお休みは避けていただくようお願い致します。