

ほけんだより

2023.6.1
あおぞら保育園
6月号

梅雨の季節になりました。雨がしばらく続きそうですが、天気の良い日は体をたくさん動かして運動不足を解消したいですね。朝晩は冷え込み、真夏のように気温が急上昇したり気温の変化についていけず、体が疲れやすくなります。また、湿度も高くなるので食中毒や熱中症にも気をつけなければならない季節でもあります。感染症も流行っていますので手洗いうがいをしっかり行い、元気に過ごしていきたいですね。

6月4日～10日は、歯と口の健康週間。年長さんになるにつれて虫歯の本数が増えています。乳歯のうちから正しいブラッシングを覚えて虫歯ゼロを目指しましょう。

5月の感染症

- 溶連菌感染症・・・2名
- 突発性発疹・・・3名
- 感染性胃腸炎・・・4名



下痢や嘔吐、発熱の症状が出ています。また、0～3歳児では、診断名がつかない発熱者が20名近く出ている時がありました。気温の変化で体調を崩しやすい時期です。今後、気をつけたい感染症は突発性発疹、感染性胃腸炎、アデノウイルス、溶連菌です。最近では、夏の感染症でも季節を問わず一年を通して感染症にかかるお子さんが多く、インフルエンザの集団感染のニュースも耳にします。発熱やそれに伴う嘔吐・下痢の症状がありましたら受診をお願い致します。

基本予防策は、手洗い・うがい・良質な睡眠です。生活リズムを整え免疫力を高めましょう。

～7月からプール・水遊びが始まります～

プール遊びによる感染防止（感染症対策ガイドライン）により、下記の通り実施します。

- ことり・はな・つき・・・プール
- ぺんぎん・うさぎ・・・水遊び
- ひよこ・・・沐浴



ひよこ・ぺんぎん組は、水着を着用しません。うさぎ組以上は水着を着用します。持ち物など詳細につきましては後日お便りでお知らせしますので、ご準備をお願いします。

6月の保健行事



5日（月）0歳児健診 14:30～（春の健康診断未受診のお子さんも一緒に受診します）

5日～9日 身体測定週
7日（水）虫歯予防集会 10:00～ 4・5歳児対象
14日（水）保健指導（からだの話） 4・5歳児対象

6月4～10日は 歯と口の健康週間です

歯が虫歯になってから受診すると、「歯医者さん＝痛い・怖いところ」というイメージがついてしまい治療がうまく進まないことがあります。まだ虫歯の治療をしなくても良い段階（フッ素塗布や定期健診など）から、歯科医院を受診する習慣をつけるとうれしいですね。生後6カ月頃の生え始める時期から歯医者さんデビューをすることをお勧めします。

歯科検診を欠席された方は、井上歯科医院で受診をお願いいたします。コロナ禍で中止していた食後の歯磨きを再開します。対象は、4.5歳児です。歯磨きの習慣をつけて健康な歯を目指します。

虫歯予防集会のお知らせ

- 日時 6月7日（水）10:00～
- 対象 4・5歳児
- 内容 歯の染め出し
歯科衛生士によるブラッシング指導
- 持ち物 フェイスタオル1枚（首に巻きます）
染色液で衣服やタオルが汚れる可能性があります。当日は、汚れても良い服装をお願いします。



★ことり★

ことり組は、初めての手洗い指導です。何が始まるのか興味津々な子どもたちでした。「ばい菌が嫌いなものはなあ～に？」と聞くところ「水とせっけん」を覚え、答えてくれます。お家でも聞いてみてください。手洗いの歌を歌いながら、手を洗う順番も覚えられました。上手にマネっことが出来ました。



初めてのブラックライト。洗い残しが青白く光るので、みんな驚いた表情をしていました。

手洗い指導



手洗いが上手にできたらシールがもらえ、10個たまるまで頑張ります。

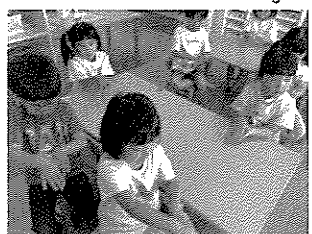


～手洗いの歌～

♪
しゅりけん～いもむし～
おやゆび～おすべり～
こちょこちょ～あらって～
くりくりしましょ～

♪
*子どもたちが上手に歌えますので、音程は教えてもらってください。

★はな★



今回は、色が変化する石けんを使用しました。手をよく洗うとピンク色から白く変化します。白く変わるまでよく洗っていました。

★つき★



手洗いの歌を歌いながら、指と指の間、手首までしっかり洗います。

ばい菌や汚れは目に見えないよね。洗い残しは、ブラックライトで確認します。

年長さんになると、手洗いがしっかりできるようになります。順番も、バッチリ覚えています。

・・・水いぼ&とびひ について・・・

水いぼは、伝染性軟属腫ウイルスによって人から人にうつる7歳以下のお子さんに多い皮膚の感染症です。皮膚が薄くてバリア機能の未熟な乳幼児は、まだ免疫もなく感染しやすいです。アトピー性皮膚炎のお子さんは、一旦感染すると湿疹を掻くのと一緒に掻いてしまっ、全身に無数に増えて広がりがやすく、水疱を掻くと「とびひ」に移行しやすいです。病院によっては潰して除去することもあります。自然治癒を待ち治療しないこともあります。

- Q. 水いぼがあります。プールに入れますか？
A. 水いぼがあってもプールに入ることは可能ですが、感染防止のために、患部を防水絆創膏で保護してください。広範囲の場合は、ラッシュガードを着用してください。水いぼが破裂して滲出液が出ている場合や化膿している場合は入れません。
- Q. とびひになりました。プールに入れますか？
A. 掻きむしったところの滲出液、水疱などで徐々にうつります。プールの水ではうつりませんが、触れることで症状を悪化させたり、ほかの人にうつす恐れがありますので、完治するまで入れません。

おしらせ

◆新型コロナウイルス感染症は、5月8日以降、季節性インフルエンザと同等の扱いとなり、発症翌日以降5日間かつ症状軽快後1日は外出を控え、自宅療養となりました。登園の際には、保育園へ登園届をご提出ください。

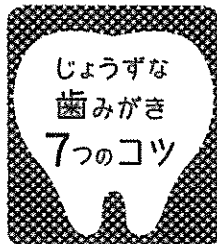
おねがい

◆保育園からの連絡は、年度当初にご記入いただいた緊急連絡先を番号順にかけさせて頂いております。転居・転職等で順位に変更がありましたらお知らせください。当日の連絡先が普段と異なる場合は、登園カードでお知らせください。尚、連絡がつかない場合は、重症度に関わらず番号順にかけさせて頂きますのでご了承ください。

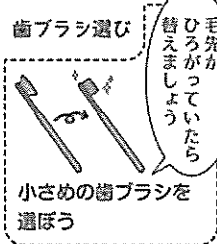
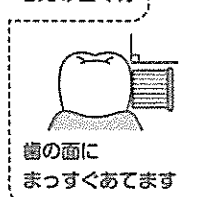
前日に高熱が出て、翌日に下がっていると安心してしまいがちですが、発熱は一時的に体を弱めます。解熱剤で一旦は下がりますが、すぐに再度発熱し長引くことがあります。無理な登園がないようにご配慮ください。お仕事と育児の両立が難しい時は、病後児保育等の活用も良いでしょう。（近隣の病後児保育室についてはお声かけください。）

歯が生え始めの頃の歯みがきは？
歯が生え始めると、歯みがきをするべきか気になってきますよね。歯が少ないうちは、お湯や水で濡らしたガーゼなどで汚れをふき取ってあげればOK。

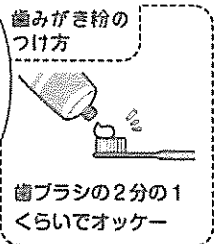
歯ブラシに慣らす
歯の生え始めは「なんでも口に入れたい期」でもあるので、今のうちに歯ブラシに慣れさせておくのも手です。赤ちゃん用歯ブラシを口に入れてみるころからチャレンジ。



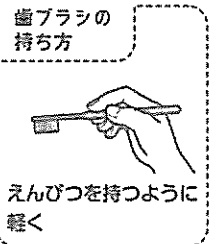
毛先の当て方



動かし方



みがく時には



みがき終わったら

