

6月

ほけんだより

2024.6.1
あおぞら保育園

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

- RS ウイルス・・・5名
- 溶連菌感染症・・・4名
- 新型コロナウイルス・・・2名
- 突発性発疹・・・1名
- 胃腸炎・・・1名



診断名がつかない発熱と・咳の症状のお子さんが15名近く出ている時がありました。のちにRSウイルスだったかもしれないというお子さんが多かった印象です。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3大夏風邪（アデノウイルス・手足口病・ヘルパンギーナ）に加えて突発性発疹、感染性胃腸炎、溶連菌です。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

- 3日～7日 身体測定週
- 5日（水）虫歯予防集会 10:00～ 4・5歳児対象
- 6日（木）0歳児健診 14:30～
- 12日（水）視力検査はな組 13日（木）視力検査つき組
- 18日（火）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（フッ素塗布や定期検診など）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。

歯科検診後「要受診」の方は、8月末までに受診をし、用紙をご提出ください。

はな組は、虫歯予防集会後から給食後のブラッシング指導を始めます。つき組は引き続き、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5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（染色液が口から垂れてくるので首の周りにタオルを巻きます。）
・洗濯ばさみ 1個

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。

歯みがき開始に向けて

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「なんでも口に入れてみたい期」でもあるので、今のうちに歯ブラシに慣ら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場所からチャレンジ。

じょうずな歯みがき7つのコツ

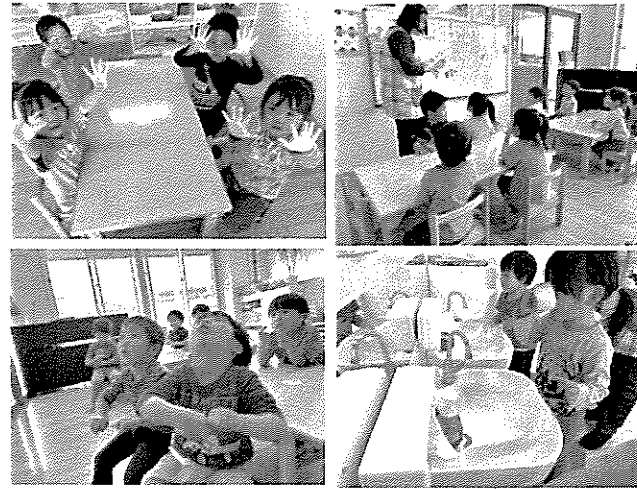
- 毛先の当て方
- 動かしかた
- みがきが終わったら
- みがき粉のつけ方
- 歯ブラシの持ち方
- みがき粉のつけ方
- みがき粉のつけ方



★ことり★

ことり組は、初めての手洗い指導です。2グループに分けて実施しました。何が始まるのか興味津々な子どもたち。歌を歌いながら手を洗う順番も覚ええました。お家でもやってくれると嬉しいです。

上手に手洗いができたよ～！！



★はな★



色が変わる石けんを使いました。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。

洗い残しを色鉛筆で塗っています。

上手に洗えたらごほうびシールがもらえます。シール選びに真剣です。

★つき★



～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、音程は子どもたちから教えてもらってください。

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、パッチリ覚えています。

4.5歳児はブラックライトを使用しました。洗い残しが青白く光るので、毎回みんな驚いた表情をしていました。

・・・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、水疱などで次々にうつります。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。

【虫刺されについて】

暑い日が多くなり、蚊が発生する時期になりました。子どもの皮膚は弱く、刺された後に掻きむしることにとびひになることが多いです。

- ・虫よけシール
- ・虫よけリング
- ・虫よけパッチ

安全上、ご遠慮頂いておりますのでご了承下さい。

◎ご家庭での対策

- ・薄手の長袖長ズボンをご用意ください。色の黒いものは避ける。フードのないもの。
- ・虫よけをして登園する。
- ・紫外線で肌を痛めるので夏こそ保湿をしっかりと。
- ・掻きむしって傷になった場合は、とびひになる前に受診しましょう。

◎園での対策

- ・散歩前に「イカリジン」成分配合の虫よけを肌に塗ります。子どもへの使用制限がなく、服の上からでも効果があるものです。痒みには、レスタミン軟膏やベビーームヒを使用します。肌に合わない等ありましたらご相談ください。

【登園について】

食べ途中の飴やグミ、家から持参した玩具やぬいぐるみの小さな部品が園内に落ちていることがあります。アレルギー児や乳児が在籍しています。誤飲に繋がりますので園に不要なものは持たない、又は、食べ物等も玄関に入る前までのお約束をお願いします。

