

6月ほけんだより



時期暑い日もあった5月ですが、子ども達は散歩にかけ、虫さかしゃ、砂場、ボール遊びなど楽しんでいました。一方で、突然や咳、鼻水の症状が見られるお子さんもいました。6月は入梅もありムツムツ暑い日が続きそうです。水遊びも始まり、疲れもありと思いますので、充分な休息と食事、水分を摂れるようにしていきましょう。

感染症について その2

『保育園でどうして色々な病気がはやるの？』



5月のほけんだよりで園での感染症対策をお伝えしましたが、感染症を○にはできない要因があります。

◎集団で過ごす時間が長い。

※1 複数の子どもが一緒に食事や昼寝などを行うため、**飛沫感染や接触感染**が生じやすい。又集団遊びなどで子ども同士が近い距離で関わり合う事が多く、**濃厚接触の機会が多い**。

◎なんでも口に入れてしまう

複数の子ども同士が遊ぶ環境の中、共有して使っている玩具なども口に含んでしまう(それも発達段階の1つ)ことで玩具についての**唾液**などを介して、他の子どもへ感染症をうつしてしまう事もあります。

◎子ども自身での予防の徹底が難しい

まだ手洗いやうがいなどの基本的な予防策を完全に自分で行う事が難しい。よだれや鼻水の処理もできないため、あちこちに付着しやすい。

◎免疫力、抵抗力ともに未熟なため、感染症にかかりやすい



「しっかり熱を出けど、うちの身体が弱いのから」「仕事も休めないしどうしよう。ほど不潔で不安があるかと思いが、成長とともに手洗いうがい、鼻かきができるようになって、免疫力、抵抗力、体力がぐんと強くなっていきます。ただ無理をせずと長びいたり、重症化する事もありますので、1ヶ月間、気をつける事があれば「受診をし、適切な治療をうけましょう。」

※1 咳やくしゃみなどの中に病原体が含まれそれを吸い込んだり、目の粘膜などにつくことで感染する



※2 病原体に汚染されたものに触れることで感染する

6月4日は「虫歯予防デー」

【虫歯予防のポイント】



① 食べたらみがたく習慣を

食後30分以内にはみがく事で菌の繁殖を抑えます。

② 栄養バランスの良い食事を

バランスの良い食事で糖質の取り過ぎが抑えられ、また骨、歯によいとされるカルシウムはビタミンD(豆類、魚介類に多く含む)と一緒に摂る事で吸収されやすくなります。

③ 規則正しい生活習慣を

生活リズムの乱れ、特に睡眠不足は体の不潔機能が低下し、抵抗力が弱まるなど悪影響を及ぼします。

★ 6/18(水) 歯科検診を行います。

- ・ しっかり歯みがきをして登園してください。
- ・ 8:50までに登園してください。



虫さされの対処法について



この時期から秋口にかけ咬傷が発生します。散歩先で虫咬に刺さってしまう事もあります。基本的に虫よけスプレー等はアレルギーや含まれる成分の影響などを考え、保育園では使用していません。

◎ おかしいと思いが、登園前に「家庭でケアをしていてはダメ」と思われます。(効果の持続時間の長い虫よけもあります)



◎ 衣類に貼るタイプの虫よけや虫さされに貼る痒み止めのパッチはほかれた薬の誤飲の可能性があるので、お控えてください。

◎ 絆創膏や医師から処方された貼付薬を使用している場合は、必ず「保育者に部位と内容をお知らせください。なお絆創膏は必要時のみ使用してください。

ご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。