

保健だより

やまと第一保育園

2015年7・8月

7月より予定していましたプール遊びも雨の日が多く、気温も低いため入れない状態が続いています。子ども達も楽しみにしているプール遊び早く入れるといいですね！！7月に入り本格的梅雨の中、体調を崩し(発熱)お休みする子どもが増えています。夏風邪を起こすウイルスは、高温多湿を好むタイプです。高熱が出たり、下痢、のどが赤く腫れ痛かったり、身体に発疹が出たりというのが特徴です。これらの感染症を予防するには、手洗いとうがい大切です。

睡眠、休息をしっかりと健康管理に十分注意して、夏を元気に過ごしましょう。

6月の欠席状況

	熱	咳	嘔吐・嘔吐	突発性発疹	その他
つくし	3名	1名	1名	1名	
たんぼぼ	2名			1名	蕁麻疹1名
すみれ	2名	1名	1名		目に充血1名
ちゅうりっぷ	3名		1名	1名	
すずらん					
ばら	5名	1名	1名		溶連菌感染症・EBウイルス感染1名。アデノ1名
合計	15名	3名	4名	3名	3名

計28名の子どもがお休みしました。6月は乳児で突発性発疹に罹った子どもが3名いました。ばら組の子どもが溶連菌感染症とEBウイルス伝染性単核症などに感染し入院しましたが、治癒し元気に登園しています。

～水の事故に注意～

子どもたちにとって、真夏の水遊びは、まさにオアシス。水しぶきに歓声を上げて楽しむ様子を見ていると、大人も一緒になって遊びたくなりますね。

とはいえ、小さな子どもにとって、水は命を脅かす危険なものにもなります。

海や川ではもちろん、ご家庭でも、浴室や洗濯機の近くなど、水のある所に子どもだけで近づけないよう、十分注意して下さい。

保育園でもプール遊びの際には、しっかり監視を付け子ども達が安全に水遊びできるよう気を付けて行きたいと思います。

火傷に注意

夏といえば花火。花火にふれて火傷をしたり、花火を覗き込んで、目や顔にけがをしたりすることがあります。必ず大人といっしょにしましょう！！

7月に入り、たんぽぽ組1名(疑い)すみれ組2名、ばら組1名の子どもが手足口病と診断されました。

手足口病に注意しましょう

症状

発熱することもある



てのひら、足の裏、
口の中、おしりに、
赤い発しんがある

下痢をすることもある

夏に流行することが多い病気。感染力が強いのので何度もかかる可能性があります。

治った後も、2～4週間くらいは便にウイルスがいます。おむつ替えの後は、しっかり手を洗ってください。

口の中の水ぼうが痛むときは、プリンや野菜スープなどのどろしよいのを。



かかってしまったら園をお休みしましょう。熱が下がって1日以上経過し、いつもとおり食事ができれば登園可能です。

原因菌：コクサッキーウイルス
エンテロウイルス

潜伏期間：2～6日

感染経路：経口・飛沫・接触感染
合併症：ウイルスの種類により髄膜炎を起こすこともある（頭痛・嘔吐・発熱がある時はすぐ受診）

登園：医師の許可が出た場合は登園時に「登園届」の提出をお願いします

「大人もかかる！！」
子どもに比べて、発疹・関節に痛みが出ることもある

「熱中症？」そのときに

子どもたちが大好きな夏ですが、熱中症には注意を。子どもに異変があったら、すぐに手当てをして重症化を防ぎましょう。



1 涼しい場所に移動する

風通しのよい日陰や涼しい室内に運んで寝かせ、服のボタンやベルトを外す。



2 体を冷やす

ぬらしたタオルで体をふき、うちわや扇風機の風を当てて体にもった熱を逃がす。



3 水分を少しずつ与える

麦茶や子ども用のイオン飲料などをひと口ずつ与える。一度に飲ませず、様子を見ながら。

- 冷やしたタオル
- タオルに包んだ保冷剤
- 冷えた缶ジュース

などを挟んで冷やすと効果的



39℃以上の発熱があり、ぐったりして意識がないときは救急車を呼びます

夏を元気に過ごしましょう！！

暑い夏を元気の乗り越えるために次のことに注意しましょう。

☆食事をしっかり取りましょう

1日のエネルギー源は朝食です。夏バテしないためにタンパク質やビタミンをしっかりと摂りましょう。(豚肉や豆類などは疲労回復や食欲を高める。ピーマン、ブロッコリー、トマトは暑さへの抵抗力を高める効果がある)

☆水分を取りましょう

スポーツドリンクなら子どもにもいいのでは、と気楽に与えることはありませんか？ 激しいスポーツの後や下痢やおう吐で脱水症を起こしそうな時以外は控えましょう。

以外に糖分が多く食事が進まなくなることがあります。

熱い時は汗をかいて体温を調節しています。体内の水分が不足すると汗が出ず体温が上がってしまいます。まず水・麦茶・ほうじ茶などで摂るようにしましょう。

☆早寝早起きを心がけ睡眠を十分取りましょう

寝苦しい夏の夜は寝不足になりがちです。

寝付くまで冷房、扇風機などを上手に利用して眠りやすい環境を作りましょう。

☆皮膚の清潔に気をつけましょう

子どもは皮膚がデリケートで新陳代謝が盛んです。

汗をかいたままでは、あせもや肌荒れなどのトラブルを生じます。

毎日入浴し、また皮膚を傷つけないように爪も切りましょう。

～夏の日差しに注意！！～

環境汚染などによりオゾン層の減少で健康に有害な紫外線が多くなっています。

過度の日焼けをしないようにしましょう。



戸外では帽子を！！

つばの大きい方が、耳やうなじをガードできる。帽子をかぶることにより目に入る紫外線を20～30%カットできるそうです

海や山に出かけた時は！！

海では水面や砂浜の反射紫外線もあるので砂浜にいるときは、長袖の上着、パラソルの下など日陰を作りましょう

服装に気をつける！！

ランニングやタンクトップは肩に日差しを受けやすいので、袖付きの衣類を着ましょう

長時間の直射日光をさける！！

外遊びはコンクリートの上をさけて、土や草の上、木陰などを選び短時間にしましょう。

一気に日焼けすると<やけど>と同じ状態になります。

歯科検診の結果

むし歯がある子どもの内訳は次のようです。

クラス	むし歯がある子		むし歯がない子	未処置歯 (本)	処置歯 (本)	総数 (本)
	未処置の歯 がある	処置が完了 している				
つくし			8名			
たんぽぽ			12名			
すみれ			22名			
ちゅうり っぷ	5名	3名	22名	5本	3本	8本
すずらん	2名	3名	23名	3本	7本	10本
ばら	6名	4名	18名	12本	23本	35本

*むし歯があると指摘された方は、歯科受診しましょう！！

<永久歯が出ている子ども>

*すみれ1名・ばら2名欠席

ばら組で12名の子どもに永久歯が出ています。

6歳臼歯が生えている子どもが6人いました。6歳臼歯はむし歯になりやすいのでご家庭でもしっかり仕上げ磨きをお願いします。

*その他 開口9人、反対咬合1人、変色・着色5人、磨き残し3人、歯肉の腫れ3人でした。

～歯磨き指導・歯科検診の様子～

先月「歯の衛生週間」にちなんで、すずらん組はクッキーを食べてもらいました。奥歯の溝に黒いクッキーがついているのを鏡で見てもらいました。

ばら組では、「噛むことの大切さ」について、リンゴを食べてもらい、5回・10回・20回噛んだリンゴを、比較してもらいよく噛むことの大切さについてお話ししました。



7月の保健行事

22日 0歳児健診

22日 0. 1. 2歳児身体測定

23日 3. 4. 5歳児身体測定

8月の保健行事

26日 0才児健診

24日 0. 1. 2歳児身体測定

25日 3. 4. 5歳児身体測定