



7月のほけんだより



令和3年6月30日

うずも保育園

暑い日が続くようになり、熱中症が心配な時期となりました。体が熱さに慣れていない梅雨明けや急激に気温が上がった日は特に注意が必要です。普段から外遊びで体を鍛え、のどが渇いていなくてもこまめに水分をとるようにしましょう。

7/8プール開きです！



／おかあさん／

プールでの感染症を増やさないためにプール前のお子さまの健康状態のチェックは毎回必ず行ってください。前日は必ず入浴・洗髪をして体を清潔にしておきましょう。

- ・体温
- ・下痢をしていないか
- ・顔色
- ・発疹はないか
- ・機嫌
- ・目やには多くないか
- ・睡眠時間
- ・食欲はあるか



プールの後は？

プールに入った日はお風呂で体、頭を清潔にし、体温が下がらないようにタオルでしっかりと体を拭きましょう。タオルできちんと拭かないと、体が冷えてかぜの原因となります。また、手洗い・うがいも必ず行いましょう。



かゆみのある湿しんは「とびひ」かも

虫刺されや湿しんなどで傷ついた肌を汚れたつめでひっかくと、傷口に細菌が感染して「とびひ(伝染性膿痂疹)」になります。うみをもったような水ぼうがができ、強いかゆみが出ます。かゆいからといってひっかくと大変！水ぼうが破れて中の液が付いた所に、とびひがどんどん広がってしまうのです。水ぼうを見つけたら、つめでひっかかないようにガーゼで覆い、受診しましょう。

ほくたちのつめも、忘れずに短く切ってね



水いぼ" Q & A



Q. 水いぼって何？

A. 伝染性軟属腫ウイルスが原因でできる粟粒大のいぼで、おなかやひじ、わきの下などにできて広がります。

Q. うつるの？

A. いぼがつぶれて中の液が付くとうつります。体の接触、タオルなどの共有でうつりやすいので注意が必要です。

Q. 登園やプールは？

A. 登園の制限はありません。プールもOKですが、傷がじゅくじゅくしているときはガーゼで覆い、プールも控えたほうがよいでしょう。

Q. どうやって治すの？

A. そのままでも半年から1年半ほどで治ります。アトピー性皮膚炎の子や、かゆくてかきこわしてしまうような場合は医師に相談のうえ、治療を。