



7月のほけんだより

令和6年7月発行

鶴ヶ谷はぐくみ
保育園

仙台も梅雨の季節がやってきました。天気の変わりやすいこの時期は体調を崩しやすいので、十分に注意が必要です。また、子どもたちの大好きな水遊びがはじまります。夏風邪に注意しながら生活リズムを整え元気に過ごしましょう。

6月の健康状態

6月は、下痢や発熱でお休みするお子さんが特に3歳未満児クラスで多くみられました。またアデノウイルスと診断されたお子さんもおりました。

梅雨に入るとムシムシする日が続きますが、加えて今年の夏も猛暑が予想されています。園では環境省から発表される暑さ指数を確認しながら、外遊びや水遊びをすすめていきます。朝から夕方まで元気に遊べるように、しっかり夜眠ってしっかり朝食を食べて登園することが大切です。

「歯科健診」を行いました

6月12日に囑託医の佐々木ファミリー歯科の佐々木先生による歯科健診を実施しました。みんな頑張ってお口を開けてくれました。虫歯や歯の汚れがあるお子さんはおりますが、少なかったです。

結果のお知らせは後日配布いたします。

歯みがきのお話

「あじさい組」「いちよう組」「けやき組」でむし歯予防と歯みがきのお話をしました。クイズをしながらむし歯になりやすい食べ物となりにくい食べ物を考えました。キャラメルは歯に悪いことや果物や野菜はむし歯になりにくいことがわかりました。園では4、5歳児は昼食後に歯みがき指導を行っています。お家でも、歯みがきの声かけや仕上げ磨きをよろしくお願いします。



気になる虫刺され

乳児が蚊に刺されると、1～2日後に症状が出る場合があります。時間が経つにつれ、赤く腫れたり、水ぶくれができたり、腫れる場合もあります。刺された直後に洗って冷やし、薬を塗ってもよくなる場合は病院で診てもらいましょう。園で虫に刺された場合は、ムヒベビーを塗布したり、冷やして様子を見ます。ムヒベビーの塗布を希望されない場合は担任までお知らせください。



水遊びチェックリスト

子ども達の大好きな水遊びがはじまりました！！元気に楽しく遊べるよう、水遊びの日はいつも以上に入念な体調チェックをお願いします。

□熱は何度ですか？

普段の平熱を考慮して判断します。

□食欲はありますか？

朝食をしっかり食べましょう。空腹だと気持ち悪くなったりします。

□前日、良く眠れましたか？

水遊びは体力を消耗します。前日は睡眠をたっぷりとりましょう。

□目やにや充血はありませんか？

目やにや充血が見られるようなら、結膜炎のおそれもあります。

□せき・鼻水は出ていませんか？

食欲がない、発熱などの全身症状がなければ基本的には心配ありません。

□皮ふに異常はありませんか？

傷やただれがあって乾燥していない場合は、水遊びは避けた方がいいでしょう。



プールの事前準備



* 耳、鼻、喉、目、皮膚の病気は治療を済ませておきましょう。

また、治療中の病気などがあれば、水遊びの可否について主治医に相談しましょう

* 爪を切りましょう。長いと、けがの原因となります。

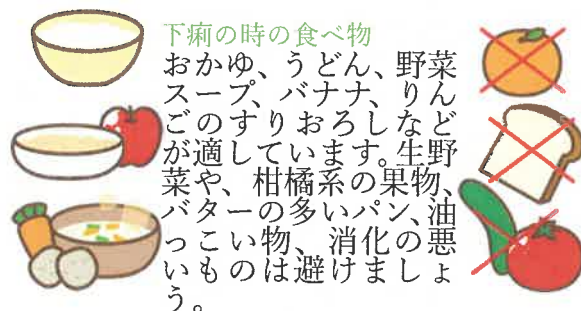
こんな時はプールに入れません

- ・ 熱がある。または、前日に熱があった。
- ・ 鼻水が出ている。
- ・ 皮膚に異常がある
- ・ 喉やその周りが赤い、喉に痛みがある。
- ・ 目が赤く充血している。
- ・ 目やにや耳だれが出ている
- ・ 耳の痛みを訴える。
- ・ 下痢、腹痛がある
- ・ 風邪などでお薬を内服している



下痢をした時は…

子どもが嘔吐や下痢を繰り返すと脱水を起こしやすくなります。また触れ合い遊びをしながら集団で過ごしているので感染が拡大することもあります。体調不良時には無理せず安静にして過ごす事が大切です。



下痢の時に登園を控える事が望ましい場合

- ・ 24時間以内に複数回の水様便がある
- ・ 食事や水分を摂るとその刺激で下痢をする
- ・ 下痢と同時に体温がいつもより高いなどの症状が見られる場合
- ・ 朝に排尿がない、機嫌が悪く元気がない、顔色が悪くぐったりしている

などです