



6・7月のほけんだより

令和4年6月1日 認定こども園上小泉保育園

梅雨の季節を迎え、蒸し暑い日が多くなってきました。天気の変わりやすいこの時期は体調を崩しやすいので、十分注意が必要です。また、長引く新型コロナウイルスの流行により、体の健康だけでなく、心の健康にも影響を与えます。心の不調は免疫力を下げてしまうことにも繋がります。感染が拡大している状況ではありますが、今後も、引き続き、コロナウイルスに負けない体づくりを心掛け、ご家庭と連携しながらお子さんの健康を守っていきたいと思います。

内科健診のお知らせ

6月2日(木) 13時30分～

お子さんのことで日頃気になっていることや、医師にきいておきたいことがありましたら、事前にお知らせください。当日は、感染対策をしながら行いたいと思います。体調が悪い場合は無理されないようお願いいたします。



先月行われた歯科健診で虫歯が見つかったお子さんは早めに治療を受けましょう。

*熱中症に気をつけて

朝食をしっかりとり、水分補給を忘れずに登園してきてください

熱中症に警戒する時季がやってきました。マスク着用により、放熱が十分に行われず、熱中症のリスクが高まります。また、マスク内は、湿度が高くなるので、喉の渇きを感じにくく、水分補給が不十分になりがちです。



熱中症対策

- こまめに水分補給をする。
 - 衣服で体温調節する。通気性が良い涼しい衣類にする。
 - エアコンを利用したり、長時間の屋外活動は避ける。
- 園では、屋外でマスクをとることとします。



食中毒を予防しよう

食中毒が発生しやすくなっています。子どもたちの健康を守るためにも、この時期はご家庭でも、いつもより衛生面に気を配るようにしてください。

予防のポイント

- 1 新鮮な食材を使う。調理してから時間がたった物は食べない
- 2 魚や肉は十分に火を通す
- 3 賞味期限や冷蔵庫を過信しない
- 4 まな板や包丁などはまめに熱湯消毒や漂白剤で殺菌
- 5 調理前や食事の前、トイレの後はせっけんで手を洗う
- 6 手指に傷がある場合はブドウ球菌に感染しやすいので注意



先月から胃腸炎症状（下痢・嘔吐・腹痛など）でお休みされるお子さんがおられます。症状がある場合は、保育園に連絡ください。病院に受診し、症状が治まってからの登園をお願いします。



虫刺され

油断大敵!

蚊に刺されると、かゆくてつらいだけでなく、かきこわして傷口が化膿したり、「とびひ」になったりすることもあります。蚊に刺されたら、早めのケアが大切です。



石けんで洗いましょう

刺されたところを石けんで洗って、かゆみのもとを洗い流します。水で冷えてかゆみも軽くなります。

かゆみを和らげましょう

かゆがるときは、ぬらしたタオルや保冷剤で冷やしたり、かゆみ止めを塗ったりしてケアします。

かゆみやはれがひどいときは皮膚科へ

刺されたところが強くはれたり、皮膚がじゅくじゅくしたりするときは、皮膚科を受診しましょう。



虫除け対策

園では、虫除けネットや、置くタイプのものを設置しています。基本的に園で虫除けスプレーはしませんので、各ご家庭から、虫除け対策をお願いします。ただし0・1歳児はシールタイプのものは控えてください。(誤飲の危険)

*園で刺された場合、洗って冷やし、ムヒ又はムヒベビーの塗り薬を塗りますが、薬を塗っても良くならない場合は、病院で診てもらいましょう。



小学校入学準備はここから!

MRの追加接種を受けましょう

MR（麻しん・風しん混合ワクチン）の2回目の接種期間は、小学校入学前の1年間（5歳児クラスになった年の4月1日～翌年の3月31日）です。入学直前の秋以降になると、かぜがはやり始めて、予防接種の予定が立てにくくなってしまいます。

5歳児クラスに在籍のお子さんは、ランドセルの準備といっしょに、MRの予約もお忘れなく!

