

ほけんだより

令和7年度 6月号

半袖で過ごせる日中は汗をかくほど暑い日もあります。これからの季節は汗や汚れで着替えをする回数が増えます。汚れ物を持ち帰った翌日は着替えの補充を忘れずにしてください。夏本番になると水遊びが始まります。肌トラブルによっては水遊びが出来ない場合がありますので今からスキンケアを行って備えるようにしましょう。

〜〜 4・5月の感染症情報 〜

4月：溶連菌感染症	10名	(ペンぎん組 2名	らっこ組 6名
		いるか組 1名	くじら組 1名)
水痘(水ぼうそう)	2名	(ペンぎん組 1名	いるか組 1名)
伝染性紅斑(りんご病)	2名	(くじら組)	
5月：水いぼ	2名	(くじら組)	
溶連菌感染症	7名	(ペンぎん組 1名	らっこ組 1名
		いるか組 1名	くじら組 4名)
伝染性紅斑	30名	(あかちゃん組 2名	ペンぎん組 2名
		らっこ組 10名	いるか組 10名
		くじら組 6名)	

伝染性紅斑(りんご病)とは？

りんごのように頬があかくなることで知られているりんご病ですが今回流行しているものは全身にも発疹が出るタイプようです。

4〜14日の潜伏期間をへて熱や鼻水などの風邪症状が現れます。(この時、感染力が最大です)1週間後辺りから頬や腕などに紅斑がみられます。紅斑が出てきた頃には感染力はほぼ無く、登園は可能ですが紅斑がりんご病によるものかどうか医師に診察してもらいましょう。

飛沫や接触で感染するウイルス感染症です。特効薬や予防接種がありません。こまめな手洗いとマスク着用で予防しましょう。大人も感染しますがほとんどが不顕性感染なので(症状が出ない)感染していることに気づかない場合も多いです。

熱中症にご用心

身体が暑さに慣れていないこの時期こそ、熱中症を起こす危険性が高いのです。日中の予想気温に合わせて調節しやすい服装での登園をお願いいたします。

短時間でも車内や室内に乳幼児を一人で残す事は絶対にやめましょう

これからの季節は特にご注意を！夏に多い皮膚トラブル！！

暑い夏は昆虫・細菌・ウイルスなど生き物も活発になる季節です。子ども達の柔らかく、薄い肌はターゲットになりやすく、代謝も良いため汗もよくかきます。水遊びシーズン前にもう一度 お子さんの肌の状態を確認してみてください。

皮膚トラブルは、『感染対策』と『痒み対策』が大切です。皮膚はもともと感染に対する防護機能があります。しかし、この機能は湿疹や傷、乾燥などからつい掻いてしまうことで壊れやすく、細菌やウイルスを侵入させてしまいます。痒みは温まると強くなり、冷やすと和らぎます。

皮膚トラブルを抑えるために「爪は短く切って清潔にする」「汗をかいたらきれいに拭く」「衣類は通気性・吸水性の良いものにして、こまめに着替える」など常に清潔でいられるようにいつも以上に気をつけてみて下さい。

また、皮膚の乾燥は肌の防護機能を低下させます。お子さんの身体を洗う時はナイロントオル等でゴシゴシ擦らず、お母様達が洗顔する時のようにしっかり泡立てた泡でなでるように優しく洗うのが望ましいです。市販のボディソープは子どもの肌油分を過剰に流してしまうため、ベビー石鹸や敏感肌用石鹸を使ってみましょう。乾燥肌のお子さんは夏こそ保湿を意識したスキンケアをしっかり行いましょう。

これから暑い日には水遊びを行います。とびひや水いぼなどの感染性疾患や、発疹や傷などで皮膚がジクジクしている時は水遊びが出来ません。今から気を付けていましょう。

望ましい熱の測り方で測定していますか？

毎日測っている体温ですが望ましい状態が再確認してみましょう。

(あてる位置)

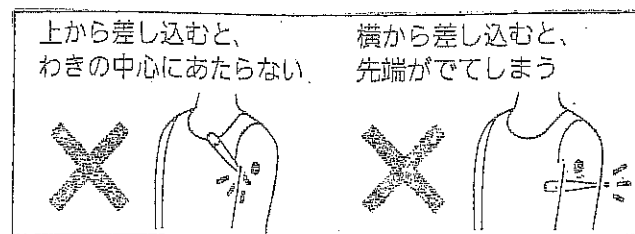
わきの下、中心部分

(あて方)

下から押し上げる

(はさみ方)

隙間ができないように脇をしっかりしめましょう



- 体温計の表示部分を内側に向けましょう。
- はさんだほうの手のひらを上に向け、もう一方の手で肘を脇腹に押さえつけるようにして、わきと体温計を密着させましょう。
- 計測中に体温計が動いたり、当てている位置がずれないように静かに待ちましょう。

毎日行っていることなので自分で測ることができるお子さんもいらっ

しゃいますが、子どもに任せず測り方など大人が確認してください。