



保健だより



かやの実保育園

梅雨入りしたと思ったら、あまり雨が降らず、東京の水甕、小河内ダム^{（注）}の貯水率はどうかと確認することが増えました。6月27日現在、71.4%あるため、まだ心配しなくても大丈夫そうです。

東京都では、水疱瘡が注意報レベルとなっています。予防接種が普及していることもあり、爆発的に増加することはありませんが、羽村市内の保育園全園で、昨年^{（注）}の10月頃より月に1、2名ほど診断されるお子さんがいます。また、春頃から、流行性耳下腺炎（おたふく）と診断されたお子さんも見られます。暑さで体力が奪われ、免疫力も落ちやすいです。旬のものを食べて、早めの休養を心がけ、夏を楽しみましょう。

7月

1日～ 身体測定

1日 プール前性教育
(たぬき、きりん、らいおん)

目の充血、かゆみは要注意!

結膜炎

子どもの目が充血している、目やにが出る、かゆがる……そんなときは、結膜炎かもしれません。主な原因は「ウイルス」「細菌」「アレルギー」の3つです。

ウイルス性	細菌性	アレルギー性
目が開かないほどの目やに	黄色っぽい目やにと充血	とても強いかゆみと充血

原因によって治療薬が違います。重症化することもあるので、自己判断せずに、病院へ行きましょう。

ウイルス性の代表格はアデノウイルスです。アデノウイルスは感染力が強く、51の型があること、免疫がつきにくいことから、何度もかかることがあります。症状によって、アデノウイルス感染症や咽頭結膜熱、流行性角結膜炎と呼び方が色々ありますが、いずれも医師の意見書が必要です。

点眼薬は苦手なお子さんが多いです。早めの受診で、点眼薬を使用する期間が短くなるメリットもあります。保育園は、集団生活の場でもありますので、気になる症状がありましたら、受診のご協力をお願いいたします。

愛情ギュッとず〜っとはむら😊😊



楽しい水遊びのために

水遊びやプールは楽しい分、体力も使います。前日は十分な睡眠をとり、身体をしっかり休ませましょう。朝ごはんを抜くと、200～300mlの水分が不足してしまうため、熱中症の危険が高くなります。大人も子どもも朝ごはんをしっかり食べましょう。また、暑さ指数や監視体制によっては、晴れていても中止することがあります。

- * 朝の体温は平熱でしたか？
- * 爪は切ってありますか？
- * 咳や鼻水は出ていませんか？
- * 腹痛，下痢はしていませんか？
- 受診をして、感染性のものか
- * 目やに，充血はありませんか？

歯磨き指導のご報告

6月24日に、東京西の森歯科衛生士専門学校が、らいおん組を対象に歯みがき指導をしてくださいました。パネルシアターでは、虫歯にならないために、甘いものは少しだけにする、良く噛んで食べる、食べた後歯をみがく（みがきもしてもらおう）ことが大事と教えてもらいました。歯みでは、歯の模型を使って、一筆書きの順番で磨くと磨きやすいともらいました。

※幼児クラスを対象に、マーク付きの歯ブラシをお渡ししますのご家庭でご活用ください。

