



# 健康だより 6月号

令和5年5月31日発行  
かんのん町保育園

## 5月の感染症情報

インフルエンザ	1名
溶連菌感染症	10名
アデノウイルス	1名
ヘルパンギーナ	3名

6月4日から1週間は「歯と口の健康週間」です。歯の調子が悪いと体全部が不調になるといわれるくらい、大事な歯。子どもの内から虫歯がなくても定期的に健診を受け、歯医者嫌いにならないようにしておきましょう。

## 歯科健診について



6月22日(木)に全園児行います。

時間:0歳児から9:30開始

年に1回の歯科健診があります。  
園医の小林歯科医院、小林隆志先生が診察します。

**※方が一、欠席し歯科健診を受けることができなかった場合、保護者の方に小林歯科へお子さんを連れて行っていただき受診をお願いさせていただきますのでご理解の程よろしくお願ひします。**



歯科健診では次の項目を調べます。

- ①歯並び・かみ合わせ・あごの関節に異常はないか。
  - ②虫歯はないか。
  - ③歯垢が付いていないか。
  - ④歯肉が腫れていないか。
- 結果は当日レターケースに配布します。

**当日もですが...**

**毎朝、歯みがきをしっかりと登園しましょう!**

## とびひ ※水遊びはできません。

アトピーやあせも、虫刺され、すり傷などを手で触ったり掻きむしることで起こります。最初は皮膚にかゆみのある水泡が1~2つできます。この中には菌がたっぷり入っているうえ、とても柔らかく、掻くとすぐにつぶれてしまいます。患部を触った手で体の他の場所に触れると、感染がさらに広がります。

直接接触ないようにガーゼで覆い、必ず早めに受診をして内服の抗生物質を処方してもらいましょう。

## 水イボ ※患部を覆う水着の着用が必要です。

特徴は丸くて光った小さなイボです。つぶすと白いかたまりが出てきます。この中にウイルスが含まれており、皮膚につくとうつります。治るのに時間がかかることが多いため、数が少ないうちに治療をしましょう。

★水イボが出来た時は・・・必ず皮膚科受診をお願いします。水イボが化膿したり全身に広がったりするので、かかりつけの医師の指示を受けて下さい。

## 紫外線に気を付けましょう!

子どもの皮膚は大人の半分ほどの薄さしかなく、紫外線の影響を受けやすいです。屋外で遊ぶ機会の多い子どもにこそ、しっかりと紫外線対策を行きましょう。保育園では首に日よけのついた帽子の着用、園庭にはシェードを使用して日陰を作るようにしています。また日頃から、保湿してバリア機能を向上させることは日焼け対策としても有効です。

## 日焼け止めのポイント

- 日常生活ならSPF20程度で、紫外線吸収剤が入っていないもの。
- 外出の15分程前に塗り、2~3時間おきに塗り直す。
- 顔にはクリーム状ならパール粒大、液状なら1円玉大を2回塗る。
- 腕や足は外側と内側に直線状に塗り、らせん状の伸ばす。
- 落とす時は入浴時によく泡立てた石鹸で洗う。



## 梅雨の時期の注意点【かぜ】

蒸し暑さから汗をかくことが増えますが、朝夕は気温が下がり寒くなります。汗をかいたらすぐに着替え、寒くなったら上着などで体温調節を行うようにしましょう。

## 爪はきれいかな?

子ども達は様々な物に触れるため、爪の中に汚れが入ったり、伸びていると欠けたりしてしまいます。汚れが溜まると炎症を起こし、爪の病気になるので、お風呂でもきれいにしてあげましょう。

また、爪が長いとどこかにひっかけてしまったり、短くても角がとがっていたりすると、お友達を傷つけてしまう事にもなりかねません。お家では定期的に、切るようにお願ひします。

