



# ほけんだより ~すくすくげんき~

## 5月の保健行事

### 全園児健診のお知らせ

5月23日(木) 12時から12時半前後(はっきりとした時間は未定です)から嘱託医の石垣信男(いしがき医院)先生がおこないます。できるだけお休みしないで健診を受けてください。お子さんの身体で園医に質問がある方は、前もって連絡帳などでお知らせいただくようお願い致します。



### 歯科検診のお知らせ

5月22日(水) 9時ごろから嘱託医歯科医師の渡辺紀夫先生(ワタナベ歯科医院)がおこないます。できるだけお休みしないで検診を受けるようお願い致します。お休みされた場合は、後日、保護者の方にワタナベ歯科医院に直接来院し、受診していただきますので、よろしくお願い致します。  
※お子さんの歯で質問のある方は後日用紙を配布しますので記入し、締め切りまでに提出をお願い致します。



## アロマ虫よけスプレー(アンチモスキート)についてのお知らせ

園庭や公園に虫が多く発生する時期になりました。市販の虫よけスプレーは子どもにとって匂いが強かったり、皮膚刺激が強いことがあります。

園では、アロマ虫よけスプレーを使用しています。使用するものは一般に販売されているものではなく、園で配合したものです。皮膚刺激の強い成分は使用していませんが、アレルギーなど気になる方は担任または看護師にお伝えください。配合成分は下記をご覧ください。

- ★園児用⇒ラベンダー、ローズウッド、ユーカリレモン、エタノール、精製水
- ★網戸⇒シトロネラ、ユーカリレモン、ローズウッド、エタノール、精製水
- ※ローズウッド・・・成分中のモノテルペンアルコール類に駆除効果あり。
- ※シトロネラ・・・テルペン系アルデヒド類で虫をよせつけない。

## 4月の健康状況

- ★嘔吐・下痢・・・42名
- ★溶連菌感染症・・・4名
- ★突発性発疹・・・2名
- ★アデノウイルス・・・1名
- ★咽頭結膜炎(プール熱)・・・1名

胃腸炎症状が多く出ています。重症化することもありますので、普段の元気な様子に戻ってからの登園をお願い致します。

## 感染性胃腸炎



感染性胃腸炎は、数時間前まで元気だったのに、突然顔色が変わり嘔吐が始まるケースが多く見られます。

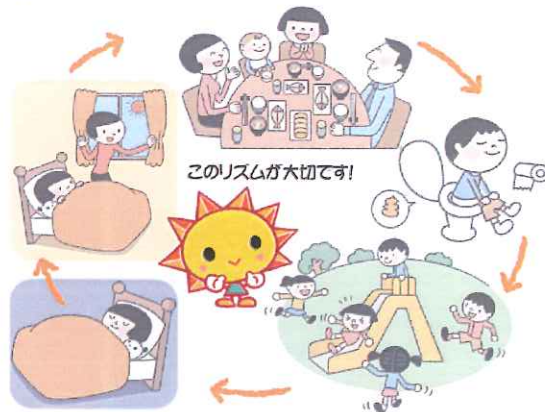
吐き気が治まるまで様子を見て、顔色が戻ってきたら水分を少量ずつ与えましょう。

下痢の症状は、数日前から出る場合もあれば、嘔吐が始まってから出る場合もあります。

嘔吐物や便から感染するケースが多いので、早めの処理と消毒が、集団感染の予防につながります。



## ~大型連休に入っても、生活リズムを崩さずに~



新年度が始まり、ようやく1か月を迎えました。仕事復帰も始まった保護者の方も、お子さんとともに疲れが出てくる頃と思われます。

今回の連休がお仕事の方もいらっしゃると思いますが、今までにない大型連休なので楽しい計画を立てていらっしゃる方が多いのではないのでしょうか? 子どもたちの一日の生活リズムを崩さないよう配慮していただきながら、ご家族で楽しい時をお過ごしください。

## 子どもの紫外線対策について



日焼けは日光の紫外線で起こります。紫外線をたくさん浴びすぎると・・・

- ・しわやしみなどの皮膚老化を早める
- ・将来、皮膚がんを起しやすくなる
- ・目の病気(白内障、翼状片、網膜の病気など)を起しやすくなるということが分かっています。

赤ちゃんのうちから、強い日焼けをしすぎないように注意してあげることは、生涯健康で過ごすためにとても大切なことです。(日本小児皮膚科学会のHPより一部引用)

### ●時間帯●

一日のうちでAM10時~PM2時までに紫外線量が一番強くなります。できる限りその時間帯に長時間、お散歩等にお出かけするのは控えましょう。晴れた日だけではなく、曇りの日も注意するようにしましょう。

### ●場所●

日陰を選んで遊ばせましょう。日なたではひさし、屋根、パラソルの下が理想的です。

### ●帽子や衣類●

帽子のつばが7センチあれば約60%の紫外線をカットできるので、なるべく被るようにしましょう。七分袖や襟付きのように体を覆う部分の多い服のほうが紫外線から肌を守ることができます。

生地の色は濃い色のほうが紫外線を吸収しますが、熱中症を防ぐためには、白か淡い色のもので、織目や編目がしっかりした木綿かポリエステル・木綿の混紡素材のものを選ぶと良いでしょう。

### ●日焼け止め(サンスクリーン)を上手に使いましょう●