



ほけんだより

～すくすくげんき～



★全園児健診★

5月24日（木）12時頃～園医の石垣信男先生が行います。
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連絡帳などでお知らせください。

★全園児歯科検診★

5月31日（木）9時頃～園医の渡辺紀夫先生（ワタナベ歯科）が行います。
できるだけお休みしないで検診を受けてください。お休みされた場合は、後日、保護者の方で渡辺歯科に受診していただきますのでご了承ください。

*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ご記入ください。

気になる虫刺され

乳児が蚊に刺されると、大人より反応が遅く、1～2日後に症状が出る場合があります。時間が経つにつれ、赤く腫れたり、水ぼうがができたりし、腫れる場合も大人よりも大きく腫れあがります。これは、虫刺されの経験が少ないために起こる激しい炎症反応です。刺された直後に洗って冷やし、薬を塗ってもよくなる時は病院で診てもらいましょう。また手足の指先はなめてしまう危険性もあるため、注意しましょう。

4月の健康状況

溶連菌感染症	・・・	3名
流行性角結膜炎	・・・	1名
RSウイルス	・・・	2名
アデノウイルス	・・・	1名
突発性発疹	・・・	1名

入園・進級後の疲れが出てくるころです。ゆっくり過ごせる時間を取りたいですね。

5月のイヤイヤ期

5月は、4月からの環境の変化などにより、疲れが溜まり、眠れない、起きられない、食欲がない、イライラする、無気力などの症状が見られることがあります。ひどくなると、外出や登園もしたくなくなります。

5月のイヤイヤ期の脱出法は？

- ・のんびりお風呂に入って心と体の疲れを取る
- ・たくさん体を動かして元氣よく遊ぶ
- ・睡眠時間をしっかりとる
- ・3食しっかり食べる



忘れ物はないですか？

外遊びが増えるこの季節。元気に遊んだ後は、手洗い・うがい、汗をかいたら着替えをします。子どもたちが清潔な園生活を過ごせるように、ハンカチ、着替え、靴下・コップなどの忘れ物をしないよう、登園前の確認をお願いいたします。



鼻水のおはなし

季節の変わり目やアレルギーなどにより、子どもは鼻水が出やすくなります。鼻水の他に、発熱、喉の痛み、食欲不振、黄色や緑色の粘り気のある鼻水が続くなどの症状があれば病院で診てもらいましょう。

どうして鼻水が出るの？

鼻水は体を守るために必要なもので、鼻や喉に付いたウイルスを排除するために出るものです。

小さい子はこまめに吸い取って！

まだじょうずに鼻をかめない子は、ティッシュでこまめに拭いてあげましょう。頻繁に鼻水を拭いていると、鼻の下の皮膚が赤くただれてくるので、その場合は炎症を抑える軟膏を塗ってあげましょう。

鼻がかめるようになったら…

自分で鼻をかめるようになってきたら、片方ずつ、軽くかむように習慣付けましょう。強いかむと、耳を痛めてしまったり、炎症がひどくなったりすることがあります。また鼻が詰まっていたり鼻水が出ないときは水分をこまめにとり部屋の湿度を調整しましょう。

「とびひ」について

学校保健安全法の中で「学校感染症、第三種（その他の感染症）」として扱われます。ほかの園児にうつす可能性があるため、基本的には受診し治療してください。患部をガーゼで覆い、露出していなければ登園は可能ですが、広範囲でガーゼで覆いきれない場合は、登園できません。