



6月のほけんだより

5月の健康状況

発熱…12名

コロナウイルス感染症…1名

嘔吐・下痢・腹痛…31名

溶連菌感染症…1名



身体測定の結果は、月末にけんこうノートをお返しするタイミングで、さくらチアーズにて公開します。内科健診、歯科検診、視力検査、尿検査の結果は引き続き健康ノートに結果を記載していきますので、ご確認されましら、予防接種の追記と確認印を押して園にお返しください。



プール前のおしり洗いについて

プール遊びが始まると、プール遊びに関連した感染症が流行ることがあります。水質は塩素を入れて安全に遊べるように管理していますが、おしり洗いがきれいにできていないと塩素濃度が低くなり効果的ではありません。幼児組は自分でボディソープを使っておしりを洗ってから入水します。ご家庭でお風呂に入る際などにおしりを自分で洗えるように練習しておきましょう。

水遊び・プールに関するQ&A

Q1. 虫さされをかきこわしてしまい汁が出ています。ケガでまだ絆創膏を貼っておきたい傷があります。バンドエイドを貼ったままプール、水遊びはできますか？

A.虫刺されに伴うかきこわしや、ケガの傷などから膿や浸出液(汁)が出ている、傷がまだ新しいときは、水遊び、プール遊びに参加することができません。治療し完治(乾燥)している必要があります。水遊びに参加できるように早めに治療しておきましょう。また、浸出液が出ている傷がある時は、衛生上傷を覆って登園してください。交換用も何枚かお持ちいただくようお願いします。

梅雨らしい季節になり、湿った空気で蒸し暑いと思ったら、冷たい空気に変わったり、衣服の調整が難しい時期です。気候の変動は思っている以上に体への負担になります。変化に適応していくように、睡眠、栄養をしっかりととることが大切です。ゴールデンウイーク明け頃から、発熱や嘔吐・下痢などで早退やお休みをする子が増えました。免疫力の下がった体は色々な感染症にかかりやすくなります。風邪をひいていたり、治りかけで体調が思わしくない時こそしっかり体を休めるように心掛けましょう。また、6月～9月頃の湿度が高くなる夏場は、食中毒が起こりやすくなります。●菌を付けない●菌を増やさない●菌を殺すの予防3原則でしっかり予防ていきましょう。



プールで感染しやすい病気

咽頭結膜熱（プール熱）

プールを介した感染率が高いことから「プール熱」と呼ばれています。高熱、喉の腫れ(首のリンパ節炎)、結膜炎などを伴い、かぜに似た症状が出ます。

流行性角結膜炎（流行り目）

接触感染が主で、充血、目やに、ごろごろした異物感の他、発熱を伴うことがあります。プールの水で濡れたタオルや水着などが感染媒介になります。



毎年、歯科検診の事前質問で「歯磨きを嫌がってできません、どうしたらいいですか?」という質問が多く寄せられます。

歯磨きを嫌がる理由は子供によってさまざまですが、いくつかの代表的な理由をご紹介します。

◆口の中に歯ブラシが入るのが気持ち悪い。痛い。姿勢が嫌。◆ずっと口をあけていることが苦痛。退屈。◆歯磨きのときのお父さんお母さんが怖い。など、“いや”と感じる何かが起きていることがあります。理由を取り除いてあげて、歯磨きは楽しいもの、大切なものだと感じさせることができれば、子供の歯磨き問題は大前進です！



子供が喜ぶ歯ブラシ・歯磨き粉選びをしてみる

◆好きなキャラクターのものを選ぶ◆毛先が柔らかい歯ブラシにしてみる

毛先が柔らかい歯ブラシを選んであげるといやな気持ちも少しばらぐかもしれません。上の前歯2本の間には「上唇小帯」という筋があります。ハブラシが当たると痛みがあったり、傷つけることもあります。指でガードしましょう。

◆おしゃぶり感覚で歯ブラシに慣れる

口の中に物（歯ブラシ）が入ることに違和感を覚えているお子さんには、丸い持ち手で柄が短い、おしゃぶり感覚で口に含むことができる歯ブラシを使って少しずつ慣れさせてみましょう。0歳児は拭き取りタイプの市販の歯磨きガーゼを利用するのも良いでしょう。

◆歯磨き粉選びを工夫することで、お子さんの歯磨き嫌いを克服できる可能性があります。



歯磨きを楽しめるツールを活用

お子さんにとっては苦痛な歯磨きでも、軽快な音楽を聞いたりかわいい絵を見たりすることで、楽しい時間を演出することができます。また、動画を見ている間は歯磨きをするというルールづくりをすることで、2~3分間の歯磨き時間の習慣化にもつながります。

◆歯磨き動画を活用◆歯磨き絵本を活用



普段読む絵本の中に、歯磨きに関する絵本も加えてみましょう。普段から歯磨きを身近に感じさせ、歯磨きをしないとどうなってしまうか絵本を使ってやさしく伝えることで、お子さんに歯磨きの必要性を意識してもらいます。

◆歯磨きアプリを活用

ゲームをしながら楽しく歯磨きトレーニングができるアプリもリリースされています。動物の歯についた汚れを歯ブラシで取り除くと、動物たちが喜んでくれたり、歯磨きの歌も用意されてたりするので、ゲームで遊んだあとに、「今度は〇〇ちゃんの歯をきれいにしよう！」などと声をかけて、歯磨きタイムに入るのもよいですね。

歯磨きをコミュニケーションの時間に

◆歯磨きタイムはやわらかな表情で。嫌がるお子さんにどうにかして歯磨きをしてもらおうと、必死になってしまふ保護者も多いかと思います。意識してやわらかな表情になるよう心がけてみてください。

◆できたらほめてあげる。ささいなことでも歯磨きの過程の中で、お子さんの“いいところ探し”をしてあげましょう。ほめられれば次に歯磨きをするときのモチベーションにつながります。

◆歯磨きはスキンシップととらえて



歯磨きタイムはお父さんお母さんと仲良くできるうれしい時間と感じてもらえるよう心がけてください。例えば、仕上げ磨きのときにお子さんが喜ぶ体勢で抱っこしてあげたり、上手に磨けたらぎゅっと抱きしめてあげるなど、親子のスキンシップ時間の中に歯磨きがあるととらえてみるとよいでしょう。また、親子で一緒に並んで歯磨きをしたり、「お母さんの歯もみがいてくれる?」などといったやりとりも効果的です。 