



本渡はまゆう保育園 令和7年度 ～夏号～

保健だより



暑い夏の季節がやって来ました。夏休みに遊びに行くことを心待ちにしている子どもたち。お休みに海や山などに出かける方もたくさんいると思います。外でたくさん体を動かした後はモリモリご飯を食べてしっかりと睡眠をとりましょう。



とびひ

アトピー・あせも・虫刺され・すり傷などを手で触って掻く事で、皮膚の表面に複数の細菌が付着して繁殖し皮膚がただれたり、水ぶくれやかさぶたになったりします。黄色ブドウ球菌は高温多湿を好むため夏に流行します。

患部を触った手で体の他の部分に触れると、感染がさらに広がるため、ガーゼなどで覆って、患部に直接触れないようにしましょう。状態がひどい場合は医療期間に相談し内服の抗生物質を処方してもらいます。

登園時の注意

- ・患部をガーゼで覆う(替えのガーゼも忘れずに)
- ・爪を短く切り、掻きむしらないようにする
- ・タオルや衣類などの共有を避ける
- ・手洗いを徹底する



家庭でもタオルの共有や、兄弟との入浴は控えましょう。

虫刺されやスリ傷の手当て

- ①患部を水で洗い流す
- ②虫刺されの薬をつける
- ③痒みや腫れがひどい時は、冷やす
- ④爪を短く切る

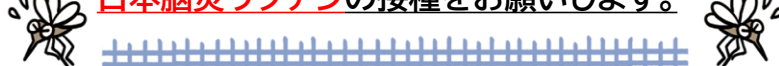


患部は
放置しない
でね!

日本脳炎は蚊が媒体する病気です。

脳炎を引き起こし重症化すると命に関わることもあるので

日本脳炎ワクチンの接種をお願いします。



水いぼ

ウイルスの感染によってできる「いぼ」の一種で、プツとした水疱が体全体に散っていることもあれば、部分的に固まって発症することもあります。

乾燥肌やアトピー性皮膚炎の人が、かかりやすい傾向にあるようです。時間はかかりますが、自然治癒します。爪を短く切って清潔にしておき、患部をかくていぼをつぶしたりしないようにしましょう。

***水いぼ・とびひ等の皮膚疾患がある場合はプールに入れませんので早目の治療をお願いします。**

食中毒



6月～9月にかけて細菌が繁殖しやすい時期です。細菌は水場高温多湿を好むため、夏場は食中毒予防が重要になります。

食中毒の3原則: つかない・増やさない・やっつける

こまめに洗浄・殺菌・拭き取りをし保存方法・調理方法に注意し、食中毒対策をしていきましょう。

嘔吐物の処理方法

- ①まずは換気を行う。
- ②ゴム手袋(できればひじまで隠れる物)やマスクをして捨てても良い布や紙で嘔吐物を拭き取ります。
- ③拭き取った物はビニール袋へ入れて、外へ漏れ出ないようにして捨てます。
- ④汚れた床は、消毒液(漂白剤等)を薄めて拭きます。
- ⑤処理の後は十分な換気を行いましょう。

*ノロウイルス・ロタウイルス・アデノウイルス等と診断された場合、症状が改善し普通便が確認され集団生活に適応できる状態に回復してからに登園をお願いします。

熱中症



梅雨の蒸し暑さが過ぎるとジリジリと暑い夏本番がやってきます!

症状

日射病: 顔は赤く、呼吸が荒くなります。皮膚感覚は熱く体温が上がっても汗が出ず、めまい・頭痛・吐き気などを伴います。

熱射病: 顔は青白く大量の汗をかきます。皮膚感覚は冷たく、めまい・吐き気を伴います。

○なぜ子どもは熱中症になりやすいの?

→体温調整がうまくできず、温度変化の影響を受けやすく衣服の調整や水分補給も一人で行うのが難しいため **※車や家の中でも熱中症になります**
*特に車中では気温が高くなくても高温になるので子どもを1人にするのは避けましょう。

予防のポイント

- 洋服: 通気性・吸水性・吸湿性の良い服
- 外出時には帽子を被る
- 炎天下での遊びや散歩は短時間で切り上げる
- 30分毎に日陰で休憩をとり、水分をこまめに摂取する



水分の取り方

- ①牛乳やジュースは満腹感もあり、消化に時間がかかるので避け、水かお茶をゆつくりと飲む。
- ②飲み物は冷やしすぎない。
- ③一度に大量に飲まない。
- ④運動の前後にこまめに水分を摂取する。
- ⑤イオン飲料は塩分の取りすぎになることもあるので気をつけましょう



保育園でも外に出る前後で水分摂取を促しています。登園前には朝ごはん水分をしっかり摂ってきてくださいね