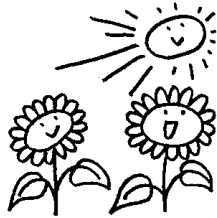


気温と湿度がぐっと上がり、夏本番がやってきました。子どもたちが楽しみにしていたプール遊びが始まりました。暑さにより熱中症などの体調不良を起こしやすくなります。疲れを感じている時は無理をせず、休息と水分補給を心がけて健康に過ごしましょう。

身体計測

- 5日(水) らいおん組
- 6日(木) わに組
- 7日(金) そう組
- 10日(月) うさぎ組
- 11日(火) りす組



麻疹・風疹混合(MR)ワクチンの接種はお済みですか？

麻疹(ましん:はしか)

今年も国内で感染の報告が出ています。感染力が非常に強く、空気感染もするので手洗いやマスクのみで予防はできません。発熱の他に、頬の内側に白い斑点、全身に赤い発疹が出るのが特徴です。子どもだけでなく大人も重症化しやすく、肺炎や脳炎・脳症などを併発することがあります。

風疹(ふうしん)

感染してから2~3週間後に顔や胸から赤い発疹が広がります。妊娠初期に感染すると、子どもに先天性風疹症候群(白内障や心疾患、難聴等)が生じるおそれがあります。

★麻疹・風疹には特効薬がありません。予防方法として、MRワクチンがあり、1歳を過ぎると公費で接種できます。その有効性(効果)は95%以上とされています。

最近の保健室

現在、全国的にヘルパンギーナが流行しており、県内でも感染者数も多く、警報が発令されています(H28年7月以来)。ヘルパンギーナについては裏面をご覧ください。また、今季も新型コロナウイルスやインフルエンザの流行が懸念されますので、手洗い等の感染対策を心がけましょう。

虫に刺されることが多くなってきました。園では、レスタミン軟膏(痒み・炎症止め)を塗布したり、冷やしたりして対応しています。掻きむしってしまうときや、ジクジクと汁っぽくなっているときは「とびひ」にならないように、絆創膏やガーゼで覆っています。気になる皮膚症状等がある場合は、登園時にお知らせください。

保健指導を行いました。歯磨き・うがい(らいおん組)、うがい(わに組)が始まる前にお話をしました。

4年ぶりに、園での歯磨き・うがいを再開しました。らいおん組は歯磨き、わに組はうがいを始めています。

らいおん組とわに組に、「むし歯バイキン」が「好きなものは、甘い食べ物や飲み物・口の中に残った食べかす、むし歯をつくること」、「嫌いなものは、野菜やお茶、よく噛んで食べる子、きれいな口の中、歯磨き・うがい」と遊びに来ました。「嫌いなことはしないだね、仲良くなろうね」と、皆と友達になりたいむし歯バイキンに、「バイキンが嫌いなほうする!」「歯磨き、うがいする!」等と声を上げる子どもたちでした。

らいおん組歯磨き 子どもたちは歯ブラシを片手に持ち、大きな歯の模型を見ながら、「あー」と「いー」の口で部分ごとに歯を磨く練習をしました。上の奥歯や歯の裏側はブラシの当て方が難しく、「こう?」とブラシの向きを聞いてチャレンジする姿も。毎日の昼食後の歯磨きでは、担任の先生に教えてもらった数え歌と一緒に、楽しみながら磨いています。

わに組うがい 歯をすすぐことができるのは「がらがらうがい」ではなく、「ぶくぶくうがい」です。子どもたちと一緒に「右だけ、左だけ、両方…」とほっぺをぶくぶくと膨らませたり引っ込めたりする練習をしました。実際に昼食後のうがいが始まると、水を口に含み、鏡を見て一生懸命にぶくぶくし、「ほっぺみて!」と視線でアピールする子どもたち。下を向いて優しく吐き出した後は、すっかりした口の中を見せてくれます。

水遊び、プール遊び中の健康観察について

体調不良が事故に繋がることもあります。いつもと変わった様子がないか、健康観察をしながら、安全に水遊び・プール遊びを行っていきたいと思います。

(お願い) 水遊び・プール遊びの際は特に、皮膚や粘膜が青紫になるチアノーゼ症状(血液中の酸素不足)が見られることが多くなります。顔色だけでなく、爪の色でも健康状態を観察しますので、マニキュア等を塗ることは控えていただきますようお願いいたします。



鉛筆持ちで
優しく磨くよ

みんなでほっぺを
ぶくぶく♪



ご家庭では
仕上げ磨きをして
いただきますよう
お願いします。

夏の3大感染症

ヘルパンギーナ

咳やくしゃみの他、便からも感染します。発症から1ヵ月くらいは便の中にウイルスが排泄されるので、排便やおむつ替えの後はしっかり手洗いをしましょう。

〈潜伏期間〉2～4日

〈症状〉発熱、喉の奥にできる小さな水疱。

発熱と喉の痛みは4～5日程で治まることが多いです。

〈登園のめやす〉熱が下がってから1日以上経過し、普通の食事がとれるようになったら。



ヘルパンギーナ

手足口病

感染力が高く、何度もかかる可能性があります。咳やくしゃみ、便からも感染します。治ってからも2～4週間は便の中にウイルスが排出されます。しっかり手洗いをしましょう。

〈潜伏期間〉3～5日

〈症状〉手のひら、足の裏、口の中、お尻などにできる赤い発疹や米粒大の水疱。

〈登園のめやす〉熱が下がってから1日以上経過し、普通の食事がとれるようになったら。



手足口病

咽頭結膜熱(プール熱)

喉の痛みと目の充が特徴。目やにや便、咳やくしゃみにウイルスが含まれています。感染力が強いため、トイレのドアノブやおもちゃなどはこまめに拭いたり消毒しましょう。治ってからも2週間程は便の中にウイルスが排出されます。しっかり手洗いをしましょう。家庭内での感染を防ぐために、タオルや食器、洗濯の共有を避けましょう。

〈潜伏期間〉5～7日

〈症状〉38℃以上の高熱、喉の腫れと痛み、目の充血や瞼の裏の赤み、目やに。

〈登園のめやす〉発熱や充血などの主要症状が消退した後2日経過するまで。

医師による登園許可が必要です。



咽頭結膜熱

乳幼児健診

健診場所：和邇すこやか相談所

〈8月の日程〉 〈健診対象者〉

10か月児 2日(水) AM 令和4年10月生

1歳9か月児 31日(木) AM 令和3年11月生

2歳6か月児 2日(水) PM 令和3年2月生

3歳6か月児 31日(木) PM 令和1年12月生

★完全予約制です。健診対象月の1か月前の1日～健診日一週間前までインターネットまたは電話で予約が可能です。その他詳細は「広報おおつ」、「大津市ホームページ」をご覧ください。