



ほけんだより 8月

はなもも保育園
看護師



この夏、元気いっぱいにご過ごせただしょうか。あまりの暑さの毎日に、残暑が長引かないと良いなと願ってははいられません。9月になると運動会の練習も始まり、戸外での活動時間が増えます。

早寝・早起き・朝ごはんを基本とした生活リズムと、毎日の体調管理にご協力をお願いいたします。

防災週間(8月30日～9月5日)

9月1日は防災の日、9月9日は救急の日です。もしもの時に備え、非常食や水、ラジオ、懐中電灯などを用意しておきましょう。保険証や母子手帳、常備薬なども大切です。

はなもも保育園では、毎月各種の避難訓練を行っています。

幼児クラスになると、火事や地震が起こったらどのように行動すべきか、煙を吸わずに逃げる方法や地震の時はダンゴムシになって机の下に隠れるなど、子どもたち自ら行動できるようになります。

【おさない・はしらない・しゃべらない・もどらない・ちかやらない】

ご家庭でもぜひ、お話してみましょう。

おうちの中にも、事故やけがを招く危険な物がたくさんあります。

事故を防ぐために、確認をしてみましょう。

- ・子どもの手の届く場所に置いてはいけない物
(薬、洗剤、たばこ、ライター、ポット、炊飯器、包丁などの刃物、針、子どもが飲み込める大きさの細かい物など)
- ・踏み台になる物はベランダに置かない
- ・コンセントなどをいたずらできないようにする
- ・遊び食べに注意する(食べ物が喉に詰まることがある)
- ・浴室には子ども1人で勝手に入れないよう工夫する

…大人が気づかない危険はまだまだ潜んでいますよ。

暦は秋でも!

気をつけたい 夏風邪

いんとうけつまくねつ
咽頭結膜熱(プール熱)

その名のとおり、のど(咽頭)と目(結膜)に炎症が起こり、高い熱が出ます。うつりやすいため、家族みんなでこまめに手を洗い、タオルなどを共有するのはやめましょう。



特徴

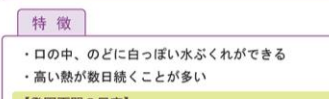
- ・38～40度の高い熱が数日続くことも
- ・のどが痛む
- ・白目が充血(赤くなる)し、まぶたがはれる、涙や目やにが出る

【登園再開の目安】

熱や目の症状が治まった後、2日が経過したら

ヘルパンギーナ

突然高い熱が出て、数日続きます。口の中に水ぶくれができ、2～3日ほどで破れて潰瘍になって痛みます。原因となるウイルスが複数あるため、繰り返しかかることがあります。



特徴

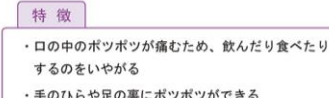
- ・口の中の、のどに白っぽい水ぶくれができる
- ・高い熱が数日続くことが多い

【登園再開の目安】

熱や口の中の水ぶくれ・潰瘍が治まり、普段の食事がとれるようになったら

手足口病

最初に口の中にポツポツができ、痛みのため飲んだり食べたりするのをいやがります。このときに熱が出ますが、半数は熱を伴いません。その後、手のひら、足の裏に赤っぽい水ぶくれができ痛みます。原因となるウイルスが複数あるため、何度もかかる可能性があります。



特徴

- ・口の中のポツポツが痛むため、飲んだり食べたりするのをいやがる
- ・手のひらや足の裏にポツポツができる

【登園再開の目安】

熱や口の中の水ぶくれ・潰瘍が治まり、普段の食事がとれるようになったら

おうちで休むときは……

水分補給をしっかりと

暑さや熱で水分が失われると、口の中やのどに痛みが出やすく、食べるのをいやがりがち。アイスクリームやゼリーなど、口当たり、のどごしのよいものを少しずつとらせるか、脱水にならないように水分だけは飲ませるようにしましょう。



回復するまで

夏風邪は、どれも特効薬はありません。休むことがいちばんの薬です。しっかりと休んで回復させるほうが、ぶり返しにくく、長引きません。

9月のほけん活動予定

かみかみ教室(所要時間 未:約15分/幼:約30分)

よく噛んで食べることの大切さについて考えます

1日(月) 未満児クラス

8日(月) 幼児クラス

10日(水) はなももカフェ



キッズケアだより

8月の利用者数(27日時点)

病児:10名、病後児:4名

(上気道炎、喘息ほか)

受付時間

平日 8:00～18:00

利用時間

平日 8:00～18:00

●当日受付の方は 8:30

より利用可能です。

0歳児クラスのご利用が多い月となりました。他園からのご利用も増えています。

お困りの際は、お気軽にご相談ください♡

