

保健だより

9月号 村山中藤保育園「櫻」 看護師

例年のない猛暑の夏、全国をみますと台風により大きな被害を受けた地方もあり、水不足により農作物が育たない…など気候の変動が私達の生活にもたらす影響は大きいと実感するこの頃です。

保育園も室温を30℃前後に下げためエアコンをフル稼働…まだ厳しい残暑が続くようですし、これからは夏の疲れが出て体調を崩しやすくなる時期でもあります。

お子様たち勿論大人も含めて、上手に身体を休ませながら健康に過ごせますよう、皆で頑張っって残暑を乗り切っていきたいです。

2学期もどうぞ宜しくお願い致します。



この夏の感染症

ヘルパンギーナ、溶連菌感染症、RS ウィルス感染症、ヒトメタニューモウィルス感染症、突発性発疹と診断されたなど連絡はありましたが、大きな広がりは見られませんでした。

発熱して受診、その結果は“かぜ”と言われるお子様が多かったです。

コロナウィルス感染の連絡も数件入りましたが、家族内のみで広がりはありませんでした。

保護者の皆様にはお迎えや早めの対応など、ご協力頂きありがとうございました。

熱中症？

午前中遊んでいる時「きもちわるい」「おなかがいたい」と言ってくる幼児さんが時折見られました。顔色や唇の色が悪く、熱中症かしら？と心配しながら室内で横になり涼しくしていると、間もなく回復し元気を取り戻します。

朝食あまり食べてないかな？ エアコンの中において上手に汗をかけず暑さや動きに身体が対応できないかな？ などと思うこともあります。暑さの中で子供たちも頑張っている～と感じながら、早くしのぎやすい気候になってほしいと願うこの頃です。

靴について

猛暑の中にあっても、比較的気温が低い朝の時間帯は園庭で元気に遊ぶお子様の姿があります。

これから動きやすい気候になりますと外で全身を使って遊ぶ時間が多くなります。

運動会も予定されています。さて、お子様の靴のサイズは足の大きさにあっていますでしょうか？

小さいお子様の中にもきつくはかせにくかったり、脱げやすい靴があるようです。

サイズが合わないと特定の部位だけに圧迫がかかり動きにくく、また転倒の原因にもなります。

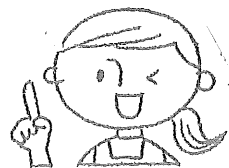
お子様の外履きや室内履きの靴のサイズの確認を宜しくお願い致します。

春に行われた歯科健診を受けてないお子様へ

歯科健診の日に欠席したお子様には受診結果を記入する用紙をお渡ししています。

まだ提出していないお子様は早めに受診し、用紙をお持ち下さいますようお願い致します。

11月には秋の歯科健診がありますので、今のうちに宜しくお願い致します。



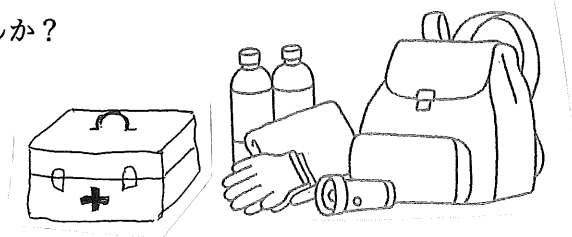
9月は家にある救急箱を整理点検しましょう。

期限の切れた薬（のみ薬、ぬり薬）はありませんか？

必要なものは入ってますか？

ご家庭によって用意しておきたいものを考えて、いざという時に使えると良いと思います。

体温計… 保育園ではわきの下で測ります。



予測体温から実測へ切り換えらるものを使用、より正確に測りたいときは時間を要しますが実測することが多いです。傍にいながらお子様の息づかいを感じたり、顔色や元気をみながら測るので長くは感じません。お子様も嫌がらず静かにしていることが多いです。

氷枕… 色々なタイプの氷枕があります。

保育園には2つのタイプ（冷凍庫で冷やす冷却ジェルタイプのもの、水と氷を入れる天然ゴム製のもの）がありますが、水と氷を入れるタイプのものの方が枕の高さや温度を調節できるので（水や氷の量を加減したり、時には水だけなど）使うことが多いです。熱が高い時は大きな血管がある首やわきの下にハンカチで包んだ保冷剤などをあてることもあります。

中には嫌がるお子様もいますので、そんな時は無理せず水分補給に務めながら安静にしてお迎えを待っています。

アクリノール液、ガーゼ… すりきずはその程度によりますが、腫れたり悪化しないように



アクリノール液で湿布して様子を見ることが多いです。

すりきずはヒリヒリしますが、湿布しますと痛みが軽減しますし、湿っている状態で治っていきます。そして必ず、きずがどんな状態かもう一度見ます。中には乾かした方がいいかな～という傷もあります。

* 清潔なガーゼとアクリノール液は個包装のものが薬局にありますので便利です。

* キズパワーパッド… 通常の絆創膏とは使い方が違います。

使えない傷もありますので、使う時は説明書を良くお読み下さい。

土などが付着した傷などは中で化膿しやすいので注意したいです。

2才以下の乳幼児には使用しないようにと注意書きもあります。

粘着性が強いデリケートな皮膚は張りかえる際などにダメージを受けやすいと感じます。

しかし、料理中に包丁で切ったような傷は貼ったあと水仕事もできますしきれいに治るようです。大人用として救急箱の中にあると良いかもしれません。

救急絆創膏… サイズが色々あります。傷によって大きさを選べるとよいです。



テープの部分はかぶれやすいので長く貼りっぱなしはしないようにしたいです。

絆創膏のガーゼの部分に小さく切ったガーゼを重ねてから傷にあてたり、テープ部分を短く切り落としてから貼ると、こじんまりと傷の処置が出来ます。

何も傷がなくても絆創膏を貼りたいがるお子様もいます。

そんな時は心に絆創膏を貼るつもりで、ぺったんこすることもあります。