



6月保健だより

令和6年6月3日(月)

村山中藤保育園「白樺」看護師 佐藤 広美

6月は梅雨入りですね。雨の日は傘や長靴、レインコート、水たまりはお子様にとって発見や喜びがいっぱいです。園庭の水たまりに向かって走り出すお子様の顔はとっても楽しそうです。大人は「だめ～」と言ってしまいがちですが、足が濡れて気持ち悪かったりするのを経験しながら、水たまりを避けるようになります。お子様の目線で一緒に雨の日を楽しんでみて下さい(洗濯物が大変ですがよろしくお願い致します)。

雨の日は室内でネット遊びが入ってきます。爪が長いと割れたりしてけがをしますので、爪切りをお願い致します。

5月は「手足口病」「溶連菌感染症」「アデノウイルス感染症」「新型コロナウイルス感染症」「水痘」等々、様々な感染症が出てご心配をおかけしました。罹患されたお子様たちが順調良く回復し元気に過ごされている姿をみて安心しました。集団生活を送る保育園ですので、流行りの時期に限らず、お子様の体調をご家庭と共に見守っていきたく思いますので、よろしくお願い致します。

《お知らせ》

* 5月の春の健康診断では指摘のあったお子さまのみ結果をお知らせしています。

当日(5月22日)に欠席されたお子さまは、後日園医の田中こずえ先生の診察を受けます。

* 6月19日(水)は歯科検診(いとう歯科医院:伊東良之先生)があります。お休みされた場合は後日かかりつけ等で診察を受けて頂きますので、ご協力をお願い致します。

お子さまの歯を大切にしていき、むし歯ゼロを目指しましょう!

* 6月12日(水)はプール開きが予定されています。「伝染性膿痂疹(とびひ)」や「伝染性軟属腫(水イボ)」がある場合は以下の届出が必要になります。

伝染性膿痂疹(とびひ): 治癒証明書(医師記載)の提出(プールの時期のみ)

伝染性軟属腫(水イボ): 水イボ用の登園届(保護者記載)の提出となります。

いずれも保育園に用紙がありますので、該当される方はお申し出下さい。

また、体調面では「かぜ」や胃腸炎症状の治りがけの時は、まだ症状が残っていることも多いです。治ったとしても1~2日はプールを控えると良いでしょう。



○咳・鼻水・目やに等がある時は

5月は上記の症状でお休みされるお子さまも多くいました。かぜの症状の出始めは感染力等も強いと考えられますので、集団生活では特に注意を要します。また、症状が落ち着いて、咳や鼻水が残っている場合もあります(慢性鼻炎などで症状を長引かせないようにしましょう)。

よく「鼻水が気管に入って咳が出る」という言葉を聞きますが、「かぜ」を引いた時の鼻水の中には細菌やウイルス感染などが疑われます。それが気管に入ると「気管支炎」、また一歩先に入れば「肺炎」となります。鼻の炎症があると、耳や目につながっているため「中耳炎」や「結膜炎」を起こすことがありますので、早めに受診して治していきましょう。

○6月4日～歯と口の健康習慣

歯のこと、食べること、チェックしてみませんか？

乳歯が生えそろう2歳半～3歳ごろまで、お子様たちは、あごや唇、舌を使って食べる練習を続けています。「かまない」「丸飲み」などしていないでしょうか。保育園では食事内容も発達に合わせて配慮しながら進めています。

「かむ力食べる力」を育てよう！

- 1) フーフー吹いたり、あっかんべーで舌を出すことで、口周りの筋肉を動かす
- 2) 1歳頃は手づかみ食べをしっかりとさせてあげましょう
- 3) いろいろな食べ物を経験させていく
- 4) パンなど大きなものは噛み千切って食べられるようにみていきましょう
- 5) 歯ごたえのあるものを用意してみる（根菜類など）

☆りす組では時々あぶったスルメを持たせると、手で持ってあむあむとよく噛んでいます。

気に入ってスルメがよれよれになるまで噛むお子様もおります。

よく噛むと唾液がたくさん出て、口の中で食事とよく混ざり、スムーズに飲み込むことができます。

○むし歯ゼロを目指しましょう！

歯科検診（6月19日（水））は、年に2回で11月にもあります。むし歯を指摘されたお子様は早めに治療していきましょう。

3歳頃から急にむし歯が増え始めます。甘いものやお菓子を食べる機会が増えるので、食べた後はうがいや歯ブラシを使ってむし歯を防ぎましょう！

○登園時の手洗い、うがいをお願い致します！

外から帰った後、遊びの後、食事やおやつの前には必ず正しい手洗いをしましょう。30秒くらいかけて、隅々までていねいに洗うことが大事です。3歳まではおうちの人の援助や見守りが必要です。

