

保健だより 5月号

村山中藤保育園「櫻」

看護師 村上暁子 近江信子

新年度が始まり1か月が過ぎました。

慣れない環境に戸惑っていたお子様も、園庭で桜の花びらを集めたり、室内でブロックを組み立てて遊ぶなど、徐々に落ち着いて過ごせるようになってきました。

徐々に暑い日が増えてきますが、この時期は体が暑さに慣れずに疲れを感じやすくなります。気温に合わせて衣服を調整したり、水分をこまめに摂りながら少しずつ体を慣らしていけるとよいと思います。



春の健康診断があります

5月12日(月)PM さくら組・ひまわり組・ばら組

5月26日(月)PM りす組・こあら組・うさぎ組

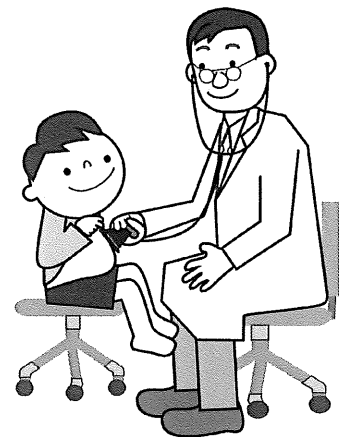
園医の田島内科クリニックの田島先生が来てくださいます。

健康診断では … 目や皮膚の状態

心臓や肺の状態(聴診器をあてます)

姿勢や栄養状態

をみます。



<健診結果について>

※健診にてお子様に何か心配なことがあった時は、その日のうちに結果をお知らせします。

6月にはプール遊びが始まります。とびひ(伝染性膿痂疹)、水いぼ(伝染性軟属腫)がある場合は、早めに治療をお願いいたします。

※上記を診断されますと、プールの時期には治療証明書(医師記載)が必要となり、それまではプールに入れませんのでご注意ください。

・**水いぼ(伝染性軟属腫)** : ポックスウイルスによる感染症で、小さく白いいぼができます。痒みがあるため、掻きこわすとつぶれて広がっていきます。接触感染のため、例年クラスの中でいつの間にか一人、二人と水いぼのお子様が増えていくのが現状です。登園はできますが、プール遊びは水いぼを除去してからとなります。

※自然治癒もしますが、長期間(半年～数年)にわたるためその間に水いぼが数十個と増え、お子様も保護者の方も大変な思いをしたことが過去にありました。

1～2個のうちに除去するとお子様の負担も少なく治りが早いように思います。

・**アトピー性皮膚炎** : お子様の皮膚状態にもよりますが、プールの入水可否や入水後の対応など、事前にかかりつけの医師と相談していただく場合もあります。

登園の目安について

4月は溶連菌感染症、ヘルパンギーナと診断されるお子様がいて心配いたしました。大きな感染の広がりはなく安心しましたが、乳児クラスを中心に、発熱したり鼻汁、咳症状などのあるお子様が増えました。

幼児になってきますと、鼻汁がみられても自分でティッシュを探しに行き、鼻をかみきりすっきりすることができるようになってきますが、乳児では難しいお子様が多いです。そのため大人がこまめにティッシュで拭きとりますが、鼻の奥の鼻汁がとりきれずに寝ている間に鼻が詰まって口呼吸になったり、鼻汁が喉の奥に垂れこんだりして苦しくなってしまうことがあります。

また、咳症状においても、咳こむ回数が多くなると軽いジョギングをしていることと同じくらいエネルギーを使います。時々保護者の方から「受診をして医師より登園してよいと言われたが、どの程度の咳ならば登園してよいか」というご相談を頂くことがあります。保育園では、咳をされていて、遊びこめない、食事中も咳が出る、睡眠を妨げるような症状の時にはご自宅でゆっくりしましょうとお話をしていますが、お子様が咳症状で疲れた表情をしていないかなども、合わせてみてみるとよいでしょう。

5月は大型連休や新年度の疲れも出やすくなります。体調に変化があるときには早めの受診をお願いいたします。（連休期間は医療期間もお休みが入ってきますので、かかりつけ医の開業日程も調べておくと思います。）

また、お子様の体調がいつもと違う時はご家庭で様子をみたり、病み上がり時などは無理のない範囲の登園をよろしくお願い致します。



爪切りについて

伸びた爪の中には、目に見えないたくさんの細菌やウイルス、古い皮脂、衣類の繊維、体から出る角質、ふけなどがあります。放置しておくと菌が繁殖し、においの原因にもなります。また伸びた爪は、爪が引っ掛かって割れたりはがれたりする、遊んでいてお友達に爪があたってキズをつけてしまう、体を掻きむしるととびひ（伝染性膿痂疹）になってしまうなどの思わぬトラブルを引き起こすこともあります。こまめに爪を切り、清潔を保ってあげましょう。

*月初めに行われる身体測定では、爪の検査も一緒に行っています。

爪が伸びているお子様には出席ノートや連絡帳に記載していますので、ご確認をお願いします。

爪切りの励行、皆様のご協力を宜しく願いいたします。