



7月保健だより

令和7年7月1日(火)

村山中藤保育園「白樺」看護師 池田 佐藤

梅雨らしくなかった6月は、すでに30度以上の暑い日が続き、プールで楽しそうに遊ぶ姿が昨年より多く感じました。梅雨明けは7月上旬との予想です。気温が高すぎて反対にプールを取りやめることも出るかもしれませんね。すでに「猛暑日(最高気温35℃以上)」「酷暑日(最高気温40℃以上)」と天気予報でよく聞くようになりました。増々熱中症には注意が必要となります。十分な睡眠とご飯はしっかり食べる、こまめに水分をとることは予防するには必須です。汗のかき方や排尿の回数、便秘(便が固い)で、水分が足りていないかも等のめやすにもなりますので、お子さまの健康状態を見守っていきたいと思います。

朝食が普段より進まなかった、食事量が少なく食べられない様子がみられた時などは、登園時にひと声お知らせください。ご家庭での様子と保育園での様子、双方でお子さまの健康状態を確認していきたいと思いますので、どうぞよろしくお願い致します。

<保健行事>

7月2日(水) 0~2歳 身長・体重測定 爪切りチェック

3日(木) 3~5歳 〃 〃

身長体重表 配布日 7月10日(木) 回収日 7月17日(木)

0歳児健診 不定期(水)



<目やに(眼脂)の対応について>

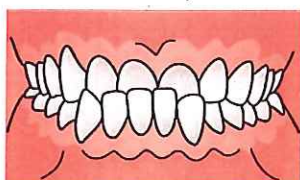
目やにには涙に含まれるムチンという物質が眼の表面の不要な物をからめ取ってできたもので、脱落した上皮、血液中の細胞、病原体などで構成されています。起床時眼の周りに少量ついているものは問題ありませんが、日中も目やにが出て量が多い場合は注意が必要です。感染の原因として細菌、カビ(真菌)、肺炎球菌、黄色ブドウ球菌、インフルエンザ菌(インフルエンザウイルスとは異なります)などが代表的です。かぜなどのウイルスが原因の目やには、透明なことが多く、涙が増えたと感じる場合があります。

特に感染力が強いとされている「はやり目(流行性角結膜炎)」はアデノウイルス8型が原因です。「プール熱(咽頭結膜炎)」は夏かぜに伴う結膜炎ではアデノウイルス3型などが原因でいずれも非常に強い感染力があり、特に注意が必要です。アデノウイルス感染症の場合、登園のめやすが「症状がなくなること」となり数日を要します。(日本眼科学会より)

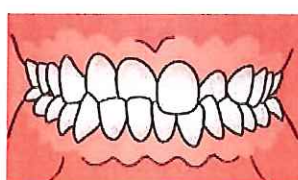
毎年、特に1～2歳クラスで数名「目やに」「眼の充血」がみられ、受診でうつらないと言われたとの報告を頂きますが、充血が強く、目やにが多い場合は衛生上の観点からも慎重な対応（ご自宅での様子見）をお願いしています。目やにの出始めにかぜや微熱、鼻汁などもみられた場合、保育園では「うつるもの」として対応をさせて頂いています。特にまだ乳児クラスのお子さまは免疫力、抵抗力といったものが弱い立場になります。目を気にしてこするなど、結膜炎の症状によっては角膜を傷つけることもあります。目やにが出た場合は、眼の充血が治まり、日中の目やにが少なくなったことを確認してから登園を是非よろしくお願い致します。

〈歯科検診の結果より〉

反対咬合や交叉咬合と指摘を受けた場合、乳幼児の発達段階では様子を見るのがほとんどです。気になる方はかかりつけの歯科医院にご相談してみてください。



反対咬合↑



交叉咬合↑

反対咬合とは、上の前歯より下の前歯が前に出ている状態のことを言います。交叉咬合とは、上下の歯を噛み合わせた時に、正常な位置で噛み合わず、クロスしてしまっている状態を言います。

では、反対咬合や交叉咬合は何が問題になってくるのでしょうか？発音が不明瞭になったり、咀嚼がうまくできず消化不良や栄養吸収の低下を招くと言われていています。またその他に、顎関節症に繋がる、顎の成長に影響が出るなど様々あります。

顎の発達のために、りす・こあら組ではスルメや昆布を食べています。しっかり噛むと唾液もよく出て、消化吸収がよくなり、虫歯予防にもなります。そして、椅子に座る時は背筋を伸ばし、足が床につく状態で正しい姿勢で食べることも大切です。

〈蚊に刺された時の対応について〉

子どもは体温が高く、汗をたくさんかくため大人よりも蚊に刺されやすいです。蚊に刺されたところが大きく腫れてしまうお子さまも見受けられます。蚊に刺された後は流水でよく洗い流すと良いと言われています。保育園では流水で洗った後、乳児はベビームヒ、幼児はムヒを塗っています。1回だけでなく痒みが強い場合は数回塗ったりしています。掻き壊してしまった場合は絆創膏を貼って対応しています。また、予防として虫よけスプレー（パーフェクトポーション：自然由来成分100%）を衣服などに使用しています。

