



ほけんだより



春の風が心地よく、さわやかな気分になれる5月が始まります。

4月当初に比べ、子どもたちは少しずつ新しい環境に慣れてきたかなと感じます。4月は新入園児を中心に主に発熱で欠席する子が多く見られました。身体や心に疲れが出て、体調を崩したりしやすい時期でもあります。連休に入る、この機会に体調を整え、連休明けからまた元気にすごせるようにしていきたいものですね。

●●虫刺され・とびひについて●●

これから、蚊等の虫が増える季節です。例年5月から秋口まで、蚊等による虫さされが多く見られます。虫刺され後の掻きこわしから「とびひ」になるお子さんも少なくありません。

- **肌が弱く、すぐに腫れたり、赤くなる**
お子さんは早めに皮膚科・小児科を受診されることをおすすめします。
- 「とびひ」(=伝染性膿痂疹)とは ...
あせもや、虫刺され、湿疹などを引っ掻いた箇所にかかる、細菌による皮膚の感染症です。ちょっとした傷から、火事の飛び火のようにあっという間に広がることから「とびひ」といわれています。
溶連菌・黄色ブドウ球菌が原因による、**接触感染**で、学校感染症の一つです。
傷が広範囲であったり、ガーゼで覆えない場合は登園できません。
⇒ はやめに皮膚科を受診しましょう。

アロマ虫除けスプレー (アンチモスキート) についてのお知らせ



園庭や公園に虫が多く発生する時期になりました。市販の虫除けスプレーは子どもにとって匂いが強かったり、皮膚刺激が強い事があります。

本園では、アロマ虫除けスプレーを使用しているものは一般に販売されているものではなく園で配合したものです。皮膚刺激の強い成分は使用していませんが、アレルギーなど気になる方及び、使用を控えてほしい方は担任または看護師にお伝えください。配合成分は下記のとおりです。

<成分>

- ラベンダー、ローズウッド、ユーカリシトリオドラ、エタノール、精製水
 - ユーカリシトリオドラ...シトロネラルという、テルペン系アルデヒド類が主成分で、昆虫忌避成分が含まれています
- ※ <http://www.t-tree.net/essentialoil/eucitriodora.htm> より

●●4月の感染症（健康状況）●●

(4/25 現在)

- インフルエンザ ... 1名
- プール熱 ... 5名
- はやり目 ... 1名
- 発熱 ... 27名
- 咳・鼻水・咽頭痛等の急性呼吸器症状 ... 3名
- 腹痛・嘔吐・下痢 ... 2名

～全園児健診について～

なるべくお休みされないようにお願いします。なお、健康面で気になること等がありましたら事前に看護師までお声かけください

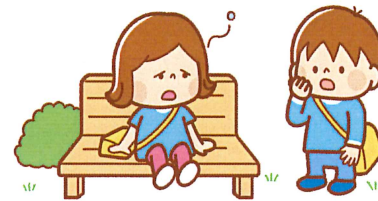
- 0～2歳児クラス
5/8(火) 12:20～
- 3～5歳児クラス
5/15(火) 12:20～

5月のイヤイヤ期

5月は、4月からの環境の変化などにより、疲れが溜まり、眠れない、起きられない、食欲がない、イライラする、無気力などの症状が見られることがあります。ひどくなると、外出や登園もしたくなくなります。

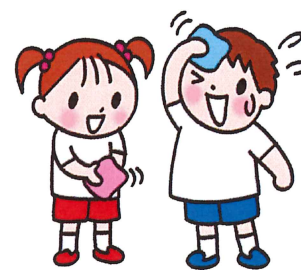
5月のイヤイヤ期の脱出法は？

- のんびりお風呂に入って心と体の疲れを取る
- たくさん体を動かして元気よく遊ぶ
- 睡眠時間をしっかりとる
- 3食しっかり食べる



忘れ物はないですか？

外遊びが増えるこの季節。元気に遊んだ後は、手洗い・うがい、汗をかいたら着替えをします。子どもたちが清潔な園生活を過ごせるように、着替え、タオル、コップなどの忘れ物をしないよう、登園前の確認をお願いいたします。



紫外線対策

一昔前は、太陽の光を浴びて日焼けをするのは健康によいとされてきましたが、現在では過度の紫外線を浴びると肌に悪影響を及ぼすことが認知されてきています。屋外で遊ぶ機会の多い子どもにもこそ、しっかりと紫外線対策を行いましょう。

日焼けの予防法

普段から帽子をかぶる習慣を付けたり、日差しが強い季節はUVクリームを塗ったり、UV加工を施した服を着用するなどの対策をしましょう。それでも日焼けをしてしまったら、冷やしたタオルなどで患部をしっかり冷やしましょう。



爪はきれいかな？



子どもたちは様々な物に触れるため、爪(つめ)の中に汚れが入ったり、伸びていると欠けたりしてしまいます。汚れが溜まると炎症を起こし、爪の病気になってしまうので、手洗いで落とすきれいな汚れは、お風呂できれいに落としてあげましょう。

また、爪が長いとどこかにひっかけてしまったり、お友達を傷つけてしまうことにもなりかねません。おうちでは定期的に切ってくださいようお願いいたします。