



ほけんだより 7月



令和元年7月1日
青梅みどり第二保育園保健室

蒸し暑い日が続いています。いよいよ子どもたちが楽しみにしている水遊びが始まりますね。6月の後半、乳児クラスで下痢や嘔吐でお休みする子が続きました。手足口病も流行しているようです。集団感染することのないように、しっかり手洗いして乗り切っていきましょう。暑くなると、あせも、虫刺され、とびひなど皮膚のトラブルが多くなるので注意しましょう。

6月感染症状況	人数
溶連菌感染	2名
アデノウイルス感染症	1名
ヘルパンギーナ	1名
ウイルス性胃腸炎	4名

汗をかく季節の皮膚ケア

汗をたくさんかく季節です。汗をたくさんかいた後に、そのままにしておくのはあせもなどの皮膚のトラブルを招くもとです。

汗をかいた後はシャワーを浴びましょう。すぐにシャワーを使えない場合には、かたく絞ったタオルで軽くふいておきます。また、シャワーや入浴後の保湿も大切です。皮膚が乾燥しないように保湿剤をぬっておきましょう。



絞ったタオルで軽くふいておきます。また、シャワーや入浴後の保湿も大切です。皮膚が乾燥しないように保湿剤をぬっておきましょう。



7月の保健行事

- 2日(火) 乳児体測
- 3日(水) 乳児健診
- 9日(火) 幼児体測



<ジメジメ・ムシムシの梅雨が明けるまでは、食中毒に気をつけよう!>

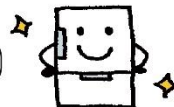
家庭でできる 食中毒の予防のポイント

つけない!



調理前や肉や魚などを取り扱う前後、食卓につく前などには、石けんでしっかり手洗いをします。

増やさない!



購入した食材や惣菜などは低温保存します。購入後は速やかに冷蔵庫に入れ、早めに食べましょう。

やっつける!



多くの細菌やウイルスは加熱によって死滅します。特に肉は中心部を75℃で1分以上加熱します。

※加熱殺菌は、ほとんどの細菌で効果がありますが、加熱に強い菌もあります。また、ノロウイルス予防のためには、85～90℃で90秒以上の加熱をします。



先日、プールのお知らせをお配りしました。プール遊びは、思った以上に体力を使います。また、水を介して病気に感染する場合があります。体調や皮膚の状態をよく観察してください。朝の健康チェックをしっかりと行ってから、プール遊びをして大丈夫か判断してください。お忙しい朝の時間帯とは思いますが、ご協力をお願いします。

