



# ほけんだより 8月



令和2年8月3日

青梅みどり第二保育園保健室

ようやく梅雨が明けました。これからは猛暑による熱中症に注意が必要です。コロナウイルス感染の不安は続いています。手足口病やプール熱などの他の感染症が激減しているようです。これからも保育園では、手洗い、マスク、換気、清掃など十分な対策をとりながら、子どもたちと元気に夏を乗り切っていきたいと思います。

7月の感染症状況	罹患者数
突発疹	1名
溶連菌感染症	1名



## <とびひに気をつけよう！>

この時期、虫さされやあせもなどのかきこわしから、「とびひ」になることがあります。シャワーや入浴で皮膚を清潔にし保湿しましょう。アトピー性皮膚炎があるお子さんは、悪化しやすいので注意してください。虫よけに例年ですとハッカ水スプレーをつくっていたのですが、今年はコロナ禍の影響で材料が手に入らず、市販のオーガニックスプレーを使用しています。虫刺されには「ムヒ」を使用しますが、ごくまれに「ムヒ」でかぶれてしまう子がいます。ご家庭で大丈夫か試してみてください。

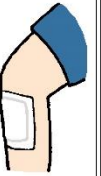
### ・・・伝染性膿痂疹（とびひ）・・・

#### 症状

虫さされやあせもなどをかいて、そこから黄色ブドウ球菌などが入り、水疱が出来ます。それを、かきこわすと<sup>しんじつえき</sup>滲出液が出て、ほかの皮膚に広がります。

#### 注意すること

かきこわさないために、つめは短く切っておきます。ジュクジュクしている患部は、ガーゼなどで、きちんと覆うことができれば登園することが可能です。



## 夏の食生活チェック

夏の食生活は乱れていませんか？  
チェックしてみましょう。

- 朝食はきちんと食べましたか？
- 規則正しい時間に3食を食べていますか？
- 冷たいものをとりすぎていませんか？
- 普段の水分補給は、水や麦茶などにしていますか？
- 夏野菜や果物をとっていますか？



### 8月の保健行事

5日（水）乳児健診

\*身長体重測定は、お子さんの登園にあわせて月の前半に実施します。

## 下痢の時の食事のポイント

下痢の時は、脱水にならないようにすることが大切です。飲み物は、経口補水液がもっとも吸収されやすくなります。また、おかゆやうどんなどの消化のよい食事にしましょう。脂肪の多い肉や食物繊維の多い野菜は、おなかに負担となってしまうため、控えるようにしましょう。



**38℃以上の発熱や園で2回以上の下痢など、体調不良でお休みや早退をした場合、24時間はご家庭様子を見て、食欲やお子さんの様子がいつも通りに戻ってから登園するようにしてください。お忙しいところ恐縮ですが、保育園は集団生活の場です。保護者の方のご協力をお願いします！**