

# 7月のほけんだより

平成28年6月30日  
富士わかば保育園

6月はいろんなタイプの風邪が、そんなに流行しないのですが途切れず続くような月でした。また、受診するようなかも続いています。

現在、鼻水・咳・のどの痛み・軟便（おむつかぶれ）、時々発熱でのお休みがみられています。

## 夏に多い感染症

### ヘルパンギーナ

突然の高熱と喉の痛み、口の中の水ぼう、口内炎が特徴です。保護者記入の登園届が必要です



### 手足口病

手の平、足の裏、口の中に水ぼうがで、まれに発熱することもあります。あまりに症状が軽いときは、早退までではお願いしませんが、受診だけはしていただいています。保護者記入の登園届が必要です。



夏に…といいながら、今年はすでに流行ったものばかりですが…（手足口は今年まだ見られていません）いつもの風邪と違い、1例報告があると、同症状のお友達ははっきりと増えていくのがわかるところが、届の必要な疾患の特徴かな、と思います。

### プール熱

高熱が3～5日くらい続き、喉の痛み、目の充血やかゆみなど結膜炎のような症状も出ます。登園停止疾患です。最近ではアデノウイルス、と説明されることも。



### 流行性角結膜炎

目が腫れ、充血し、普段より多く目やにや涙が出ます。目のまわりの肌までガサガサになりやすく、「痛い」と言うことが多いです。登園停止疾患です。最近ではアデノウイルス、と説明されることも。



## 保育園での与薬について

保育園での与薬が最近増えています。

- 保育園では、1日1回まで、与薬対応をします。それ以上はご家庭での配慮をお願いしています
- 外用薬ですが、お薬が全然減っていないことがあります。保育園で与薬するお薬は、家庭でも指示通り与薬しましょうね
- 外用薬（軟膏や点眼薬など）、よくなってもいつまでも持参するケースがあります。必要な期間だけ持参してくださいね。



## 園での服装について

基本的に動きやすく、体温調節のしやすい通気性、吸水性のある服装でお願いしています。

- 汚れても気にならないものを
- 着脱も大切な練習です。単純な形の着脱しやすいものにしてください（もちろん、水着も一緒です）
- 気温、湿度からあまり熱がこもって汗だくになるようなら、シャツはどちらでもいいと思います。子どもの様子を見て、「気持ちよさそう」な格好にしてあげてください
- 小さい子は靴を履く練習も大切。子どもが履きやすい形、サイズにしましょうね（どんなものもいいか、担任に相談してみてもいいですね）

## 歯科・眼科検診終了しました

### 歯科検診について

各クラスの様子【( )内は合計本数】

	汚れあり	要観察歯あり (虫歯になる手前)	虫歯あり
りす	0名	1名(1本)	0名
うさぎ	3	1(2)	0
ひつじ	0	2(2)	0
くま	0	5(12)	2(8)
きりん	1	5(10)	6(24)
ぞう	1	4(7)	7(20)

- 要観察歯と、虫歯の人数は、それぞれ別に出しています（重複するお友達もいます）
- 今回幼児クラスで数名、「だらだら食べ」をしている、と指摘されたお友達がいました（汚れ、虫歯の本数などが、際立っていました）
- これらは当日の結果からの数値です。どうしても保育園は暗いため、正確さに欠ける場合があります。ご了承ください

### 眼科検診について

- ☆ 眼病（例：はやり目など）はありませんでした
- ☆ 視力が「0.5以下」「左右差がある」場合、受診をお願いしました

- 視力の検査は、理解が難しかった場合、受診をお願いしていません。その場合、保育園では担任に保育中の様子を事前に確認し、医師に「測定できなかったが、気になるところはいまのところない」と、検診時に報告しています。
- メガネをかけている、斜視があるなど、もともとかがりつけがある場合は、継続してみていただくため、保育園から今回の結果としては受診をお願いしていません。
- 今回の検診で数名、治療につながったお友達がいました

## 熱中症について

熱中症、報道されるくらい「怖く」て、あまり身近でないような…気がしていませんか？ 保育園ではこの時期、「風邪症状があまりないのに微熱がある」というお友達が増えます。特にりす・うさぎさんに対して、保育園では注意しています。

### ● 朝ごはんを食べましょう

小さいお友達は、朝ごはんを食べないと、空腹時間、水分摂取していない時間が長すぎ、もともと大人よりずっと脱水になりやすいのに、更にリスクが高くなります。また、食べていないことを職員が知らないと、体調不良の理由が発見しづらくなります。7月の「食育だより」に栄養士の朝ごはんのレシピが載ります。どうしても無理！な日は、牛乳やミルク、（インスタント）味噌汁だけでも構いません。よろしくお願いします！！

## ● けがのこと…

- 遊具は親指を正しく使い、「握って」遊ぼう！  
鉄棒、太鼓橋、ジャングルジム…どれも一緒ですが、必ず「親指をしっかりと使って握ろう！」  
親指を使わず、人差し指と同じ向きのまま遊具につかまっているのですが、体が大きくなってくるとそれでは体重が支えきれません。遊具で遊び始める小さいうちから、握り方を一緒に教えていきましょう
- （2階のお友達は）うわばきを履こう！  
床は不潔ですし、危険もあります。また靴下のままでは、すべりやすくもありません。最近では貸し出し用も充実していますが、忘れずに毎週準備してあげましょうね！

## ● 体重のこと

最近、よく食べるせいか、まだカウプ指数は正常範囲でも、体重の増え方が早いお友達が目立ってきました。大体1年間で2kgほど（うさぎさん以上）増加するものですが、4月からすでに1kg以上増えたお友達は、増えすぎてからでは大変です。おかわり、お菓子…普段から少しずつ注意してみましょね。