



7月 ほけんだより



社会福祉法人ハイジ福祉会
幼保連携型認定こども園
あおいこども園
看護師：喜瀬さつき

日差しも強く、立っているだけでも汗が出てくるような暑い日が続いています。暑さ指数を参考にしながら、園庭やベランダでの室外の活動を行っています。子ども達は、暑さも忘れるほど遊びに夢中になっています。ご家庭でお出かけする時も、休憩や水分補給などお子さんに声掛けをしながら楽しんでください。

● お風呂で汗をながしましょう

汗に含まれる塩分などが、皮膚への刺激になります。入浴できない時は濡らしたタオルでふき取りましょう。



あせもがしやすい場所は？

- ・頭～うなじ、首
- ・背中や胸
- ・腰～おしり
- ・ひじの内側
- ・ひざの裏、太ももの内側

※ 寝汗もふき取ってあげましょう
寝入りばなの1時間ほどの間にたくさん汗が出ます。



● 蚊にさされたときは…

赤ちゃんや小さな子どもは、蚊にさされてしばらくたってから、びっくりするほど大きくはれて水ぶくれができることもあります。



掻きこわして傷ができ、ばい菌が入って「とびひ」にならないよう気をつけましょう。



ぬらしたタオルやハンカチなどで冷やすとかゆみが和らぎます



夏のスキンケアも大切に

● つめを切りましょう

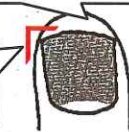
かいて皮膚を傷つけると、細菌が皮膚に感染してとびひの原因になってしまいます。

爪の切り方



白い部分がない

角が四角くなっている



角はややまるく

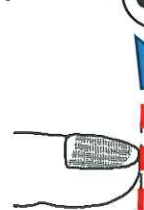
- 四角く切ると・・・
- とがった角が皮膚に食い込んで血がでたり、傷口からばい菌が入る危険があります
- 自分や友だちの肌を傷つけてしまうこともあります



白い部分を少し残す

- 白い部分を残さずに切ると
- 指先を怪我しやすくなる
- ばい菌が入りやすくなる

真横から見たときに指先と爪の長さが同じになるように切ります。



《 6 月 罹 患 状 況 》

溶連菌感染症・・・2名

RS ウイルス・・・2名

伝染性紅斑・・・2名

突発性発疹・・・1名

手足口病・・・1名

沖縄県内の新型コロナウイルスの罹患者が増加傾向にあります。浦添市を含む南部保健所館内の罹患者が最多です（7月4日発表時点）。手洗いなど感染対策をご家族皆さんで気を付けて行いましょう。

