

ほけんだより 6月号

尚徳福祉会 とちょう保育園 看護師

梅雨の晴れ間の気温の急上昇は、体が暑さに慣れていないので要注意です。こまめな水分補給やエアコンの利用で熱中症を防ぎ、元気に過ごしたいですね！

夏の水分補給

とっても大切！！

人は汗をかくことで、体温調節しています。体内の水分が不足すると、汗が出ず体温が上がってしまいます。特に子どもは、体内水分量が多いので脱水症状を起こしやすく、注意が必要です。

おすすめの水分補給方法

飲み方は？

1回分は少なめに、回数を多く飲む

飲むなら？

水や麦茶

水分が進まない時は、食事時の汁物や水分多めの間食がおすすめです

いつ飲む？

汗をかいたり、のどが渇く前に…
起床時・就寝前・遊びの前後途中・
外出前後・入浴前後など

とします

かわいいみんなと一緒に過ごすことでパワーをもらっています！ご質問等

看護師紹介②

お気軽にお声かけくださいね！

5月末新宿区内の保育園で溶連菌感染症がやや増え始めています。大人も罹ることがありますので、お家の方も高熱が出てのどの痛みがある時はご受診をおすすめします。

教えて、園医さん！

健診時のご質問の回答で、共有できるものをご紹介します。

Q. 癩癩を起して困る時があります。

(2歳男児・2歳女児)

A. 子どもの気持ちを受け止め、気持ちを聞き、理解できるよう説明して対応していきましょう。

『自分がこうしたい』と表現できるようになりますが、世界が狭く知識も少ないので、大人から見れば些細でおかしなことで自己主張している時もあります。また自分の思いを上手に伝えられず、行動で示したり、関心に向けたくて癩癩を起しているかもしれません。話を聞いて、「OOしたかったね」とまず気持ちを受け止めます。危ないことは制止した上で、「競争してみようか」など遊びとして付き合うのもよいですね。成長の一つと考え、大人が同じ態度で接するうちに、いろいろなことを体験しながら気持ちをコントロールできるようになっていくと思います。

尚徳福祉会ホームページ 子育て広場21 子育て相談Q&A Q3・Q23を追加、編集しました。掲載本文は事例が詳細に載っています。ご覧ください。

お願いします

唇やお顔が乾燥していると、健診でお口を開けた時に出血しやすいので、普段よりしっかり目の保湿をお願いします。

身体測定

高熱に注意！

溶連菌感染症

突然高熱の出る、非常に感染力の強い病気です。下記の症状が見られたら、早めに受診しましょう。

症状

- 突然高熱が出て、のどがはれて痛みが出る
- 全身に発しんが出る
- 舌にイチゴ状の赤いぶつぷつが出る
- おう吐、頭痛が起こる



歯科健診

朝食後の歯みがきをお願いします。朝おやつは、お茶のみです。

朝ごはん、しっかり食べてね！

健診前にみんなの所にいくよ～



今月の保健行事

0歳児健診

歯科健診