



ほけんだより7月号

2024年度7月1日発行
社会福祉法人尚徳福祉会
保育園与那原ペアーズ1

梅雨が明け本格的に夏の暑さがやってきましたね。乳幼児は新陳代謝が活発なので、汗をかきやすく、そのままにしておくと、あせもや肌荒れの原因にもなります。沐浴やシャワーで皮膚の清潔を保ちましょう。また、梅雨明けは熱中症も多発する傾向があります。普段から適度な外遊びをして体を暑さにならし、こまめに水分補給をしましょう。

≪先月の感染症情報≫

新型コロナウイルス…1名
手足口病…7名
ヘルパンギーナ…1名



日焼けの予防法



過度の紫外線は肌に悪影響を及ぼします。普段から帽子をかぶる習慣を付けたり、UV加工を施した服を着用したり、UVクリームを塗るなどの対策をしましょう。UVクリームは、こどもではSPFが極端に高いものは皮膚への負担が大きいかぶれやすくもなるので、SPF20前後、PA++程度のもので推奨されています。

(保育所におけるアレルギー対応ガイドライン参考)

園では暑さ指数を考慮しながら、水遊びが始まります。着替えの際など、一つのきっかけになればと思い、幼児クラス（ぱんだ・きりん・そう）にて、6月末に、下記のねらいをもとに「プライベートパーツ」についてお話をしました。

- ・自分の体は自分だけのものであり、大切にすること
- ・自分だけの大切な場所(プライベートパーツ)は、見せたり触らせたりしてはいけないことを意識すること
- ・自分の体を見られたり、触られたりして嫌な気持ちになった時の対応方法を身に付けられる
- ・自分の体と同様に、相手の体も大切にすること
- ・相手の大切なところを見たり、触ったりしてはいけないことを意識すること



性教育のひとつとして、じぶんの体や相手の体を大事にできるような、声掛けや教育を今後も伝えていきたいと思っています。ご家庭でもぜひお話ししてみてくださいね！

夏に多い感染症

ヘルパンギーナ

突然の高熱と喉の痛み、口の中の水ほう、口内炎が特徴です。症状が軽ければ1～4日くらいで解熱します。



手足口病

手の平、足の裏、口の中に水ほうができ、発熱することもあります。食事は喉越しのよい物を食べましょう。



ウイルス感染によって起こる病気です。他人への感染力も強いので、必ず受診をして医師の診断を受けましょう。

プール熱

プールで感染することもあり、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。食事は消化のよい物を食べましょう。

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。周りの人への感染源となるので、タオルは共有しないようにしましょう。

