



# ほけんだより 9月号



2021年9月1日 発行  
社会福祉法人尚徳福祉会  
保育園与那原ベアーズ  
看護 師

8月は外遊びや水遊びなど、元気いっぱい夏を過ごした子どもたち。夏の疲れが出やすくなる時期なので、ごはんをしっかり食べて、たっぷり睡眠をとるなどして、体調を崩さないように気を付けましょう。

## 《8月の感染症情報》

- ・アタマジラミ症 … 1名
- ・溶連菌感染症 … 1名



## 予防接種のおねがい

保育園は、集団生活になります。感染症を予防する有効な方法に、予防接種があります。

定期接種、任意接種がありますが、どちらも必要な予防接種です。それぞれ適切な接種時期がありますので、計画的に打ちましよう。

接種した後は、れんらくのーと袋に入っている「身体測定表」の予防接種欄への記入も忘れずをお願いします。

## 防災の日

9月1日は「防災の日」です。いざという時に備えて、ぜひ家族全員で確認をしてください。

### 《非常時の持ち出し品の準備》

リュックの中には非常時の持ち物を詰めておきましょう



### 《避難する場所》

避難場所がどこなのか、そこまでの経路を確認しておきましょう



### 《地震で倒れやすい物がないか》

棚の上に置いてある物は下ろし、倒れそうな物などは固定するなどの工夫をしましょう



### 《家族がはぐれた場合の連絡方法》

はぐれた時の待ち合わせ場所や緊急連絡先はいつも身に付けるようにしましょう



## 虫刺され・植物かぶれ

虫刺されも、植物かぶれも、まず絶対にかかないことが大切です。かいてしまうと傷から菌が入り悪化することや、とびひになることもあります。かき続けることで治りも悪くなってしまいうので、十分に気を付けましょう。

### 蚊

子どもの場合、蚊に刺される免疫が少ないため、水ぶくれができることもあります。刺されたら患部を洗い、30分以内に炎症をとる薬を塗ると、症状が軽くて済みます。

### 毛虫

毛虫の毛が皮膚に刺さって炎症を起こした場合は、患部にセロハンテープなどを貼ってはがすと毛が取れるため軽症で済むことがあります。直接触らなくても毛が皮膚に触るだけで強い皮膚炎を起こすこともあります。

### ダニ

市販の虫刺され用の薬で効果があります。人によってはアレルギーなどで、全身に発疹が広がったり、ぜんそくや皮膚炎を引き起こす場合もあるので、その場合は受診しましょう。

### ムカデ・ハチ

刺されるとすぐに強い痛みが出ます。腫れが強い場合は受診しましょう。以前にも同じ虫に刺されたことがあり、気分が悪い、息苦しいなどの場合にはアナフィラキシーショックの可能性があるので、早急に受診しましょう。

### 植物かぶれ

植物の中には発疹や水ほうなどを起こすものもあります。症状が出た場合、患部を触って広がらないように衣類を着替えたり、患部を流水で流し、かゆみ止めなどを塗ったりしましょう。水ほうは清潔なガーゼで覆います。患部が広がったり、かゆみが治まらない場合は受診しましょう。

