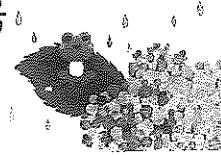


ほけんだより 7月号



令和1年7月2日
野上あゆみ保育園

皆が楽しみにしているプールが始まります。夏風邪になって楽しい水遊びが出来ないということがないように体調管理をしましょう。特に今年は手足口病が流行っています。

手足口病

ウイルス性の夏風邪の一種で、飛沫や経口で感染します。手足や口の中に水疱や赤い湿疹が出るのが特徴です。

様々なウイルスが原因となって発症するので、一度感染しても再び感染することがあります。また、ウイルスの種類によっては、高熱が出ます。水疱の出方がみずぼうそうと紛らわしい場合もあります。



ウイルス性の風邪なので抗生物質が効きません。治療としては有症状（熱、嘔吐など）への対処療法になります。

口の中に水疱や潰瘍が出ている間は無理に食べず、口当たりのいいもの（冷たいスープ等）を食べるようにしましょう。

登園時には「登園届」が必要です
必ず病院を受診し、登園可能か判断してもらいましょう。
登園のめやす：解熱後 24 時間以上経過し、発熱や口腔内の水疱・潰瘍の影響がなく、普段の食事が食べられる。

7月の乳幼児健診 (宝塚市保健便り～抜粋)

会場：宝塚市立健康センター（電話：0797-86-0056）
費用：無料

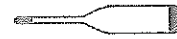
健診名	健診日	対象者	受付時間
4か月健診	7月10日(水)	平成31年 2月16日～28日生	13:00～
	7月17日(水)	平成31年 3月1日～15日生	14:15
10か月健診	7月2日(火)	平成30年 8月1日～15日生	13:00～
	7月3日(水)	平成30年 8月16日～31日生	14:15
1歳6か月健診	7月5日(金)	平成29年12月1日～15日生	12:45～
	7月12日(金)	平成29年12月16日～31日生	14:00
3歳児健診	7月9日(火)	平成28年 1月1日～15日生	12:30～
	7月16日(火)	平成28年 1月16日～31日生	14:00

プールが始まります・・・

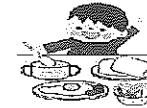


水に触れることで皮膚を丈夫にしたり心肺機能を高めたりし、心と体を鍛えてくれます。楽しく水遊びができるように毎朝の健康チェックをお願いします。

・平熱ですか？



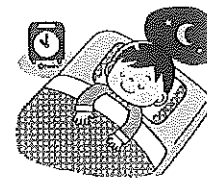
・朝食は食べましたか？



目は赤くないですか？



・睡眠は十分とれていますか？



・下痢はしていませんか？



・鼻水、咳は出ていませんか？



プールに入れない場合とは・・・

- ・気管支拡張剤のホクナリンテープを貼っている
- ・病気治療のための薬を保育園で飲んでいる
- ・プール熱にかかって2週間たっていない
- ・汁の出ている傷がある

(転倒して擦りむいた傷は、とびひになりやすく、とびひと診断された時はプールに入れません。)

- ・下痢、嘔吐などの症状がある
- ・受け入れ簿のプール欄に保護者の記入がない

と決めています。楽しくプールで遊べるようにご協力をお願いします。

2歳児クラスからうがいをしています。
毎日、コップは持ち帰ります。
必ず毎日洗って乾燥した物を用意してあげてくださいね。

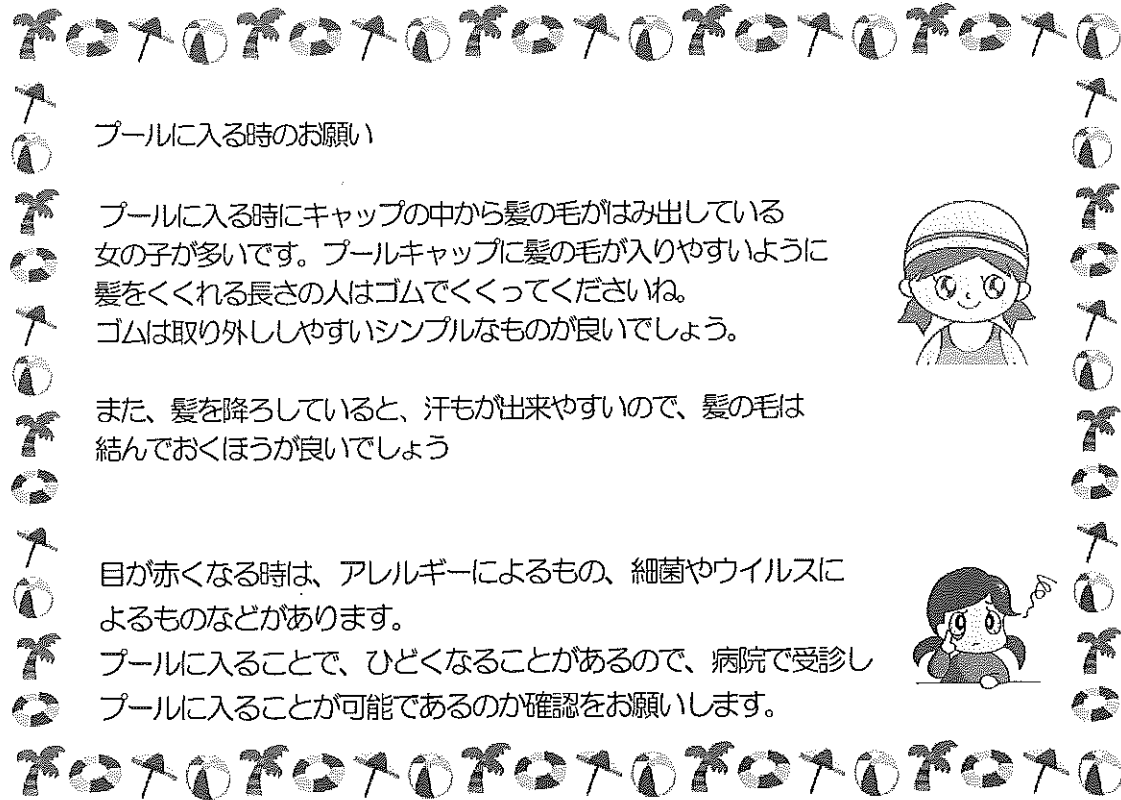


ほけんだより 8月号

令和1年8月6日 野上あゆみ保育園

梅雨が明けると、急に暑い夏の日々が続きます。

保育園では、熱中症を予防する為に冷房を使い水分補給をしっかりとしていますか熱中症や夏バテを予防するために、食事をしっかり食べて夜はぐっすり眠れる様にして、体調を整え、楽しい夏を過ごしたいですね。



プールに入る時のお願い

プールに入る時にキャップの中から髪の毛がはみ出している女の子が多いです。プールキャップに髪の毛が入りやすいように髪をくくれる長さの人はゴムでくくってくださいね。ゴムは取り外ししやすいシンプルなものが良いでしょう。



また、髪を降ろしていると、汗もが出来やすいので、髪の毛は結んでおくほうが良いでしょう

目が赤くなる時は、アレルギーによるもの、細菌やウイルスによるものなどがあります。

プールに入ること、ひどくなることもあるので、病院で受診しプールに入ることが可能であるのか確認をお願いします。



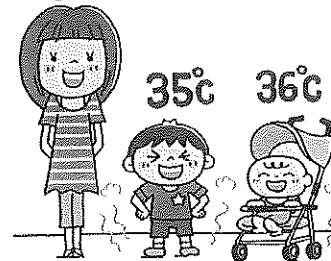
流行性角結膜炎（まぶたの裏にぶつぶつ、充血、まぶたの腫れ、流涙）

プール熱（咽頭結膜熱）（結膜にブツブツができる 発熱がある）

急性出血性結膜炎（突然眼球結膜に出血をおこす、ゴロゴロ感 充血まぶしさ、結膜にブツブツが出る）

有効な点眼薬はありませんが、補助的に抗菌点眼薬、ステロイド点眼薬を使うことがあります。ウイルスに対する抵抗力をつけるために休養を十分にとり、ほかの人にうつさないように注意をしましょう。

32℃ 熱中症に気をつけましょう



大人が感じる以上に身長の高い子どもは暑く感じています。子どもを連れての外出では子どもの体調に注意しながら過ごしましょう。また、遠出をする時は無理のない計画にしましょう。

大人用のトイレの使用について

給食室横のトイレを在園児が使っている姿を見かけますが、不特定多数の人が使う大人用のトイレではなく、クラスの子どものトイレを使ってください。

（体調が悪くて事務所で寝ている時に使っています。）

8月の乳幼児健診

会場：宝塚市立健康センター（電話：0797-86-0056）

費用：無料

健診名	健診日	対象者	受付時間
4か月健診	8月 7日(水)	平成31年3月16日~31日生	13:00~
	8月21日(水)	平成31年4月 1日~15日生	14:15
10か月健診	8月 1日(木)	平成30年9月 1日~15日生	13:00~
	8月 8日(木)	平成30年9月16日~30日生	14:15
1歳6か月健診	8月 2日(金)	平成30年 1月 1日~15日生	12:45~
	8月 9日(金)	平成30年 1月16日~31日生	14:00
3歳児健診	8月 6日(火)	平成28年 2月 1日~15日生	12:30~
	8月20日(火)	平成28年 2月16日~29日生	14:00