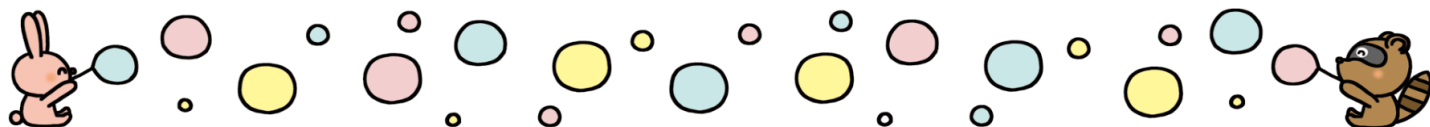


# 5月号 ほけんだより

平成31年5月1日  
看護師 菅野 朋美



5月が始まりました。多くの子ども達は新しい環境に慣れ、少しずつ自分のペースで園生活を楽しめるようになってきました。しかし、体や心に疲れが出て、けがをしたり、体調を崩しやすい時期でもあります。規則正しい生活をして、元気いっぱいにご過ごせるようにしましょう。

## 4月の感染症

水ぼうそう	2名
胃腸炎	2名
突発性発疹	1名

## 5月の保健行事

10日 眼科検診  
(川久保病院 眼科 及川 拓医師)

早期発見、早期治療のために、検診日はなるべく休まず受診しましょう。体調で気になる点や聞きたいことがありましたら担任や看護師にお知らせ下さい。

### ～爪はきれいかな？～



子ども達は様々な物に触れるため、爪の中に汚れが入ったり、伸びていると欠けてしまったりしてしまいます。汚れが溜まると炎症を起こし、爪の病気になってしまいます。

爪が長いとどこかにひっかけてしまったり、お友達を傷つけてしまうことにもなりかねません。定期的に爪のチェックをお願いします。



### ～MRワクチン～

麻しん（はしか）は、子どもでも合併症（中耳炎・気管支炎・肺炎など）を起こすことがあるので十分に注意が必要です。必ず予防接種を受けるようにしましょう。定期予防接種の対象者（役所から通知が届いている子）になっている1歳児さん・さくら組のお子さんは、早めに予防接種を受けましょう。なお、全ての予防接種後は、ご自宅で安静にご過ごしましょう。



## 発熱



## お家でのケア

発熱は、病気や体の異常を知らせるサインであると同時に、体内に侵入してきた細菌やウイルスと戦って免疫力を高め、体を守っている最中でもあります。普段のお子さんの平熱をきちんと把握し、急な発熱にも慌てず対応しましょう。

こまめに水分補給を行いましょう。熱の出始めで寒気を感じている時は、温かくし、熱が上がり、手足が温かい時は薄着にします。汗をかいたら衣服を取り替えましょう。

### <解熱後の登園について

暖かくなりましたが、中耳炎や風邪にかかるお子さんがみられます。熱は下がったけれど食欲がない、下痢をしている場合はご自宅での安静をおすすめします。保育園で再び発熱し、早退してしまうこともありますのでご協力をお願いいたします。



### ～様々な原因～

肺炎・扁桃炎・溶連菌感染症・インフルエンザ・中耳炎・おたふくかぜ・手足口病・熱中症・気管支炎など

## 水ぼうそう

冬に流行する水ぼうそうですが、盛岡市内では、いまだに水ぼうそうが流行している保育園があるようです。

赤い米粒大の発疹が胸や背中、お腹などに出始め、半日から1日で全身に広がります。同時に、37～38℃の熱が出ることもあります。登園は、かさぶたになっただけになりますのでご協力をお願いします。予防接種を受けておくと、かかっても軽症で済むことが多く、1歳を過ぎたら受けることができます。

保育中に発疹が見られ、時間とともに増える場合、感染症が疑われる場合には、保護者の方へ連絡させていただきます。



### こんなときは手を洗おう！

手にはたくさんのばい菌やウイルスが付いています。ドアノブ、手すり、エレベーターのボタンを介して手から手へ拡がり、感染拡大します。目に見えて汚れていなくても感染症予防のため、こまめに手洗いをしましょう。

- ① ごはん・おやつの前
- ② トイレのあと
- ③ 外から帰ったあと
- ④ 咳やくしゃみで口をおさえたあと



### ～保育園からのお願い～

気管支拡張テープを貼ったまま登園してこられるお子さんが見られます。誤飲防止のために剥がしてから登園をお願いします。また、送迎する保護者（一緒に来る兄弟を含む）が感染症、または疑いのある場合には、登降園時、保育園に到着次第電話連絡を頂ければ、職員が外へ出てお子さんの受け渡しを行いますのでご協力をお願いします。