



6月の保健だより

南ヶ丘子ども園
2024. 6. 1

子どもたちの様子

5月は、溶連菌感染症、手足口病、胃腸炎、風邪が流行しました。これからは、熱中症や夏風邪のヘルパンギーナが心配されます。蒸し暑くなってくると、たくさんエネルギーを使って、疲れやすくなりますので、早寝、早起き、食事などの生活リズムに配慮しましょう。すみれ組以上は、必ず毎日水筒を持ってきてください。冷たすぎると胃腸の働きを低下させますので、この時期は常温にしましょう。

歯科検診のお知らせ

6月21日（金）9時45分～
 それぞれのお口の中を、園医の出江喜子先生（さかもと歯科：佐井寺 1-8-24）に診ていただきます。
 ※検診の結果は、所見のなかった方には特にお知らせしません。要治療、要相談があった場合、プリントでお知らせします。

歯みがき講習

6月7日（金）10時～
 サンスターから歯科衛生士さんをお招きして、2歳児以上は、スライドを見た後、正しい歯みがきの方法を指導していただきます。
全園児に園より歯ブラシのプレゼントが1本ずつあります。

あせもに注意！

あせもは、背中、ひじの内側、首、手首のくびれなどに多く現れます。白く小さな発しんは1～2日で治りますが、赤くなると強いかゆみを伴って、治りにくくなります。夏場はこまめに汗をふき、外から帰ったらすぐにシャワーで汗を流すなど、皮膚を清潔に保つようにしましょう。

「ヘルパンギーナ」に注意

のどの奥に水ぼうがができる「ヘルパンギーナ」がはやっていきます。夏かぜの一種でそれほど心配はありませんが、のどの痛みが強く、食事や水分がとりにくくなるのが特徴。高熱が3日以上続いたり、水分をとれなかったりするときは、急ぎ病院へ。

症状

- 38～40℃の高熱が2～3日続く
- のどの奥に白いぶつぶつができる
- のどの痛み
- 食欲不振 など

ケア

- かぜと同じケア
- こまめな水分補給
- 薄味のスープや豆腐、プリンなど、のどごと消化のよい食事

熱が下がって1日以上たち、いつもどおり食事ができるまでは、園をお休みしましょう。