



# ほけんだより

令和4年 6月1日 西保育所



## 梅雨の時期の注意点

### ■食中毒

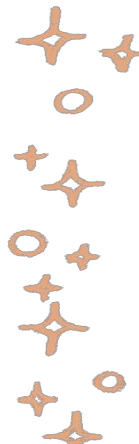
食中毒は6月から9月頃にかけて多く発生します。お弁当には十分に加熱したものを入れてください。

### ■事故

雨の日は傘をさすことで視界が悪くなり、事故の危険性が高まります。また、雨で滑りやすく、転びやすくなりますので十分に注意してください。

### ■かぜ

蒸し暑さから汗をかくことが増えますが、朝夕は気温が下がり寒くなります。汗をかいたらすぐに着替え、寒くなったら上着などで体温調節を行うようにしてください。



梅雨入りし、天気が不安定で雨が降ったり、止んだりの日が続いています。この時期は、温度・湿度ともに高くジメジメとした環境で体調を崩しやすくなります。子ども達の体調に気を配り、元気に過ごせるようにしていきましょう。

また、新型コロナウイルス感染症が未だに猛威を振るっている状況です。引き続き手洗いや消毒、換気等の対策を続けていきたいと思えます。保護者の皆様も引き続き新型コロナウイルス感染症対策に、ご理解ご協力をよろしくお願い致します。



## 鼻水のおはなし

季節の変わり目やアレルギーにより、子どもは鼻水が出やすくなります。鼻水の他に、発熱、喉の痛み、食欲不振、黄色や緑色の粘り気のある鼻水が続くなどの症状があれば病院で診てもらいましょう。

### どうして鼻水が出るの？

鼻水は体を守るために必要なもので、鼻や喉に付いたウイルスを排除するために出るものです。また、炎症を起こした鼻の粘膜を守る役目もあります。

### 小さい子はこまめに吸い取って！

まだじょうずに鼻をかめない子は、ティッシュでこまめに拭いてあげたり、鼻水吸引器などを使って吸い取ってあげたりしましょう。また、頻繁に鼻水を拭いていると、鼻の下の皮膚が赤くただれてくるので、その場合は炎症を抑える難航を塗ってあげましょう。



### 鼻がかめるようになったら…

自分で鼻をかめるようになってきたら、片方ずつ、軽くかむように習慣付けましょう。強くかむと、耳を傷めてしまったり、炎症がひどくなったりすることがあります。また、鼻が詰まっていたり鼻水が出ない時は、水分をこまめにとり、部屋の湿度を調整しましょう。



### 水筒は清潔ですか？

水筒の飲み口、パッキンの部分にカビが発生している場合があります。洗う時に確認し、少なくとも週1回は、漂白剤などで消毒をお願いします。

### 虫刺されの手当て

- ①水でよく洗い流す
- ②虫さされの薬をつける  
(さされた直後につけるのが効果的)
- ③かゆみや腫れがひどい時は、冷やす
- ④爪を短くする(「とびひ」の予防)

※かゆみが強く、腫れが続く場合は、皮膚科を受診してください。

### お知らせ

- 6/2(木)・・・歯科健診があります。(9時～)  
歯磨きをして登所してね！
- 6/9(木)・・・内科健診があります。
- 6/13(月)に、尿検査、ぎょう虫検査を配布します。  
14日(火)に尿検査回収、15日(水)にぎょう虫検査を回収しますのでよろしくお願いします。