



ほけんだより

令和6年5月31日 西保育所

6月



梅雨に入り、雨の日も多く蒸し暑い季節となりました。湿度も上がり、晴れ間には気温が急上昇することもあります。こまめな水分補給やエアコンの利用で熱中症を防ぎ、元気に過ごしたいですね！急な発熱や、咳・鼻水とお休みする子も多く見られました。毎日のお子様の様子の変化に気を配っていきましょう。

お知らせ

- 6/3(月)に、尿検査、ぎょう虫検査を配布します。
- 4日(火)に尿検査回収、5日(水)にぎょう虫検査を回収しますのでよろしくお願ひします。
- 6/14(金)は、内科健診があります。9時までの登所お願ひします。
- 6/21(金)は、歯科検診があります。8時半までに登所お願ひします



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。

高熱に注意!

溶連菌感染症

突然高熱の出る、非常に感染力の強い病気です。下記の症状が見られたら、早めに受診しましょう。

- 症状
- 突然高熱が出て、のどがはれて痛みが出る
 - 全身に発しんが出る
 - 舌にイチゴ状の赤いぶつぶつが出る
 - おう吐、頭痛が起こる



☆菜園の野菜が元気に育っています☆

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物を入れてください。

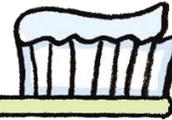
事故

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。

虫歯予防デー



虫歯を予防するためには、やはり歯みがきが一番大切です。お子さまが歯みがきをした後は仕上げみがきを行い、虫歯を予防しましょう。また、ご飯を食べる時はしっかりとかんで食べる習慣を付けましょう。肥満予防となるだけでなく、唾液がたくさん出ることで口の中を洗い流し、虫歯を防いでくれる役割があります。



ゴーヤ



きゅうり



ピーマン



きゅうりの赤ちゃん

恵みの雨で、野菜の実も急生長しています。登降所時に子どもと一緒に観察してみよう!