

ほけんだより

令和6年度7月号

園の健康状況

感染症の流行はありませんが、急な発熱はみられます。様々の感染症が流行する時期です。必ず受診をお願いします。発熱出現時も受診して下さい。

ほけんニュース

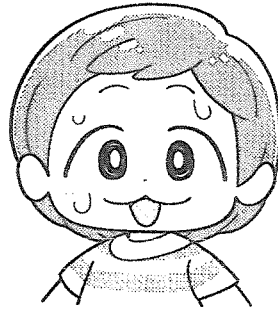
汗の働きを知って、上手につき合みましょう

夏は暑さのため、たくさんの汗をかきます。汗は体温を調節するために大切な働きをしていますが、汗をかいたままにしておくと皮膚のトラブルを起こしてしまうことがあります。汗をかいたら、こまめに拭くなどの適切な対応を心がけましょう。

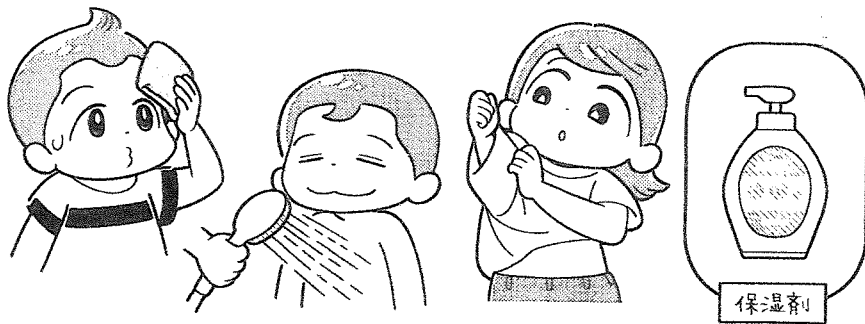
汗と子どもの皮膚

子どもは体温の調節機能が未熟です。おとなよりも体の水分比率が高いため、汗をたくさんかくと体内の水分が失われて、熱中症の危険性が高まります。

また、子どもの皮膚は全体に薄く、皮膚を守る機能も未発達のため、汗などの少しの刺激でも皮膚のトラブルを引き起こすことがあり、注意が必要です。



汗をかいた時には



子どもは、外遊びの際などにたくさん汗をかきます。汗をかいた時には、そのままにせず、拭いたりシャワーで流したり、着がえをしたりして、皮膚を清潔な状態に保つようにします。そして、「汗をかいているから、タオルで拭こうね」などと声かけをし、子ども自身が汗の始末をできるように、自分で拭くことを伝えてください。

また、風呂上がりやシャワーの後には、乾燥を防ぐために、皮膚保湿剤を塗りましょう。

汗による皮膚トラブルに注意

汗かぶれ

かいた汗をそのままにしておくことで、汗に含まれる成分などにかぶれてしまうのが「汗かぶれ」です。ひどくなると化膿したり、かきこわしたりして、「とびひ」になってしまう場合があります。

かゆみが強い、患部が腫を持つ、炎症の範囲が広がる時は、医療機関を受診しましょう。



あせも(汗疹)

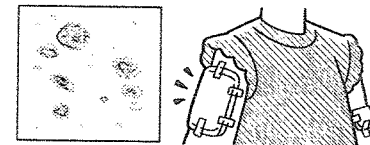
汗を出す汗管が皮膚のあかや汚れなどでふさがれて、汗が汗管の中でたまり、炎症を起こしたものです。頭や額の生え際、首やわきの下など、汗をかきやすく、かいた汗がたまりやすいところにできます。症状が軽い場合には、シャワーで汗を流し、皮膚を清潔に保つようにすると治ります。しかし、あせもの数が多い、広範囲にできている、赤みが引かない、かきむしった時などは、医療機関を受診しましょう。

とびひ

あせもや虫さされなどをかき壊した傷口に、黄色ブドウ球菌などの細菌に感染して水疱ができます。

かゆみがあるので、かいたり衣服でこすれたりすると、水疱が破れて、中の滲出液が周りの皮膚につきます。すると、そこにも感染して水疱ができ、あちらこちらに広がります。

感染力が強いため、家族や友だちなど、周囲の人にもうつってしまいます。水疱ができていたら、早めに受診しましょう。また、登園の際には、とびひの患部をガーゼで覆います。



水分補給をセットで考えましょう



夏場は汗をたくさんかくため、体内の水分が不足しがちです。子どもたちは遊びなどに夢中になると、水分補給を忘れてしまうことがあります。水分が不足して熱中症にならないためにも、汗をかく前(遊ぶ前)にしっかりと水分補給を行い、汗の始末をする時にも、水や麦茶などを飲むことを習慣にします。

子どもには、日頃から遊んでいる途中でも時々休んで体を拭き、水分をとることを忘れないように伝えてください。

監修 東京都渋谷区 かずえキッズクリニック 院長 川上一恵先生

健康観察カードの〇×の記入を忘れずをお願いします。

注意: 記入がない時はプールに入れなくしてしまいます。日にちもまちがいのないようお願いいたします。

下記の症状の際はプールをお控え下さい。

- 下痢気味(軟便)
 - 熱が高めの時
 - 目の充血、目やにがみられる
 - とびひが治らない時
- (水いぼがジュクジュクしている時は受診して下さい。)

※乳児は水遊びを行います。

熱中症予防 にもつとめさせていただきます。

事故防止 のため 監視員は、

監視に専念するなど役割分担を

明確にし、安全管理も徹底

してまいります。

アタマジウシ が発生する恐れがあります。頭髪チェックをお家でも

お願いします。

行事予定

7/10(水) 0歳児身体測定

7/10(水) 0歳健診

7/17(相全クラス)身体測定