



令和2年6月1日発行
かんのん町保育園

晴れたり雨が降ったり、天気が変わりやすいこの時期ですが室内や戸外に関係なく、子どもたちは日々、色々な遊びを楽しんでいます。体調管理に気をつけながら今月も過ごしていきたいと思えます。

5月の感染症情報 溶連菌感染症 1名

園医健診・歯科健診についてお知らせ

5月の健康だよりでプール前健診についてお知らせしました。川崎市より新型コロナウイルス感染拡大防止に伴い、自粛期間が6月まで延長されましたので、6月の予定であった園医健診は中止し、歯科健診は延期させていただきます。

園医健診：7月6日(月) (全園児プール前健診)

歯科健診：9月17日(木)



紫外線に気を付けましょう!

子どもの皮膚は薄く、テリケートであるため、紫外線を浴びるとシミや将来の皮膚がんへの影響が大きくなります。晴れた日の紫外線を100%とすると、曇りのような紫外線の強さです。



対策として、外出の際は帽子をかぶることが大切です。帽子のつばが7cmある帽子だと、約60%程度の紫外線を防ぐことができます。散歩や公園遊びなどで直接降り注ぐ紫外線をカットするのに有効です。

また園で使用している、首に日よけのついた帽子も効果的です。砂場などではしゃがんで遊び、下を向くことも多いため、首に日よけがついていると安心です。

夏に気を付けたい皮膚疾患

とびひ ※プールには入れません。

アトピーやあせも、虫刺され、すり傷などを手で触ったり掻いたりすると、皮膚の表面に複数の細菌が付き繁殖し、皮膚がただれたり、水ぶくれになったり、かさぶたになったりします。患部を触った手で体の他の場所に触れると、感染がさらに広がります。

直接触れないようにガーゼで覆い、必ず早めに受診をして内服の抗生物質を処方してもらいましょう。

みずいぼ

水イボ ※患部を覆う水着の着用が必要です。

特徴は丸くて光った小さなイボです。つぶすと白いかたまりが出てきます。この中にウイルスが含まれており、プールの水ではうつりませんが皮膚につくとうつります。治るのに時間がかかることが多く、いくら増えても体には無害で、水イボ自体は痛くもかゆくもありません。

☆水イボが出来た時は・・・必ず皮膚科受診をお願いします。水イボが化膿したり全身に広がったりしますので、かかりつけの医師の指示を受けて下さい。



6月

晴れたり雨が降ったり、天気の移り変わりが多いこの時期。

室内や戸外に関係なく、子どもたちは汗ばみながらも日々色々な遊びを楽しんでいます。

・あっという間に春が過ぎ去り、季節は梅雨に移り変わりました。

気候の変化はありますが、体調管理に気をつけながら今月も楽しんで過ごしていきたいと思います。

・歯科健診について

し か けんしん 歯科健診について

ひ がつ にち もく
日にち:6月25日(木)

じ かん さいじ から 9:30 かいし
時間:0歳児から 9:30開始。

えんい こばやしし か いりんこばやしだかし せんせい しんさつ
園医の小林歯科医院小林隆志先生が診察します。

とうじつ あさ はみが どうえん
※当日の朝は歯磨きをしてから、登園してください。

まん いち けっせき し かけんしん う ばあい ほごしゃ かた じゆしん ねが
※方が一、欠席し歯科検診を受けることができなかった場合、保護者の方に受診をお願いさせていただきますのでご
理解の程よろしくお願いします。



し か けんしん つぎ こうちく しら
歯科健診では次の項目を調べます。

① はなら かみあわせ あごの かんせつ いじょう
① 歯並び・かみ合わせ・あごの関節に異常はないか。

② むしは
② 虫歯はないか。

③ じごうが ついていないか。
③ 歯垢が付いていないか。

④ しにくが 腫れていないか。
④ 歯肉が腫れていないか。

けっか どうしつれた ケース はいふ
結果は当日レターケースに配布します。

・プール前の健康管理について①（とびひ、水いぼ）

とびひ

あとびーやあせも、虫刺され、すり傷などを手で触ったり掻いたりすると、皮膚の表面に複数の細菌が付き繁殖し、皮膚がただれたり、水ぶくれになったり、かさぶたになったりします。患部を触った手で体の他の場所に触れると、感染がさらに拡大します。

ちやくせつふ が、ーぜー おおむ はや じゆしん ないあく こうせいぶつしつ しょぼう
直接触れないようにガーゼで覆い、早めの受診をして内服の抗生物質を処方してもらいましょう。

☆水イボが出来た時は・・・

かなら ひん かじゆしん ねが みすいぼ がのう ぜんしん ひろ
必ず皮膚科受診をお願いします。水イボが化膿したり全身に広がったりしますので、かかりつけ

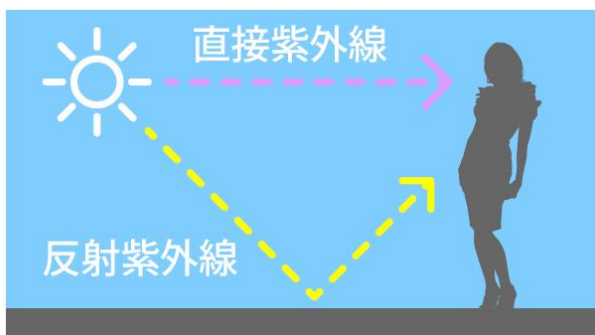
の医師の指示を受けて下さい。肌の弱いお子さんに感染することがあります。




丸くて光った小さなイボです。つぶすと白いかたまりが出てきます。この中にウイルスが含まれていて、これが皮膚につくとうつります。保育所などで遊んでいて、水いぼに接触すればうつってしまいます。集団生活ですから、うつるのはお互いさまで、弱いウイルスなので免疫反応が起きにくく、治るのに時間がかかります。いくら増えても、からだには無害です。水いぼ自体は痛くもかゆくもありません。プールの水ではうつりません。何もせずに様子を見ていれば、半年から1年くらいできれいに消えてしまいます。大人で水いぼが皮膚に残っている人はいませんね。どんなに増えても、必ず免疫反応が起きて、自然に治ります。

・紫外線について



晴れた日の紫外線を100%とすると…



 晴	 曇	 雨
100%	約65%	約20%

皮膚が薄く、細胞分裂などが活発なお子さんこそ、紫外線対策は必要です。

では、具体的にはどのような紫外線対策をすれば良いのでしょうか。

帽子をかぶり紫外線の6割をカット

お子さんの紫外線対策1つ目は、外出の際は帽子をかぶることです。

帽子のつばが7cmある帽子であれば、約60%程度の紫外線を防ぐことができます。

散歩や公園遊びなどで直接降り注ぐ紫外線をカットするのに有効です。

また、帽子のつばだけでなく、首に日よけのついた帽子もあります。

走り回ったりするだけでなく、砂場などではしゃがんで遊び、下を向くことも多いため、首に日よけがついていると安心です。

日陰を上手く利用する

お子さんの紫外線対策2つ目は、日陰を上手く利用することです。太陽の光がサンサンと降り注ぐ日向と比べて、日陰の紫外線量は約50%とされています。

公園などの外遊びの時には、様子を見ながら木陰に入るようにしましょう。

また、木陰や日向が少ない場所では、テントやパラソル、日よけネットなどを積極的に活用すると良いでしょう。

シャツやラッシュガードを活用

お子さんの紫外線対策3つ目は、シャツやラッシュガードなどを活用するという事です。

当然ですが、肌を覆う部分が多ければ、より広い範囲の肌を紫外線から守ることができますよね。

特に夏は、プールや水遊びなどで肌の露出が増えてきます。特に男の子の場合は、上半身裸で遊んでいるお子さんなども多く見かけますが、それでは紫外線を多く浴びてしまいます。

そのため、シャツやラッシュガードを着用するのも1つです。水遊びなどをする時には、ラッシュガードなどを着用しましょう。

しかし、注意したいのは通気性の悪いものは、熱中症の原因となってしまうことがあります。通気性の良い素材のものを着用させるようにしましょう。

また、幼稚園や保育園などでは、ラッシュガードは禁止というところもあるようです。その場合は、園の規定や方針に従って下さい。

日焼け止めを塗る

お子さんの紫外線対策4つ目は、日焼け止めを塗るということです。

紫外線対策として

- ・日焼け止めクリーム
- ・ジェル
- ・乳液 を塗るということが有効です。

公園遊びなどの外遊びなどの時には、日焼け止めを塗ってあげましょう。

汗をかきやすいため、長時間外遊びをするという時には、こまめに塗り直してあげることも必要です。

プールや水遊びの時には、ウォータープルーフの日焼け止めを利用すると良いでしょう。

幼稚園や保育園でプールがある時には、園で塗るというのは難しいと思いますので、登園前に自宅で塗ってから登園させると良いでしょう。

- ・SPF15以上/PA++～+++
- ・無香料
- ・無着色
- ・ウォータープルーフのもの

お子さんのための日焼け止めクリームなどを選ぶ時には、これらを目安として選ぶと良いでしょう

7月

梅雨はまだ続いていますが、少しずつ暑くなる日々が夏の訪れを感じさせてくれます。

- ・梅雨の合間の晴れた日には、おもいきり外遊びを楽しんでいる子どもたち。

暑さも日々増していき、本格的な夏の季節もすぐそこまで来ているようです。

- ・だんだんと暑い日が増えていき、夏の訪れを感じるこの頃。

歯科健診の結果について

- ・プール前の健康管理について②
- ・あせもについて
- ・食中毒について



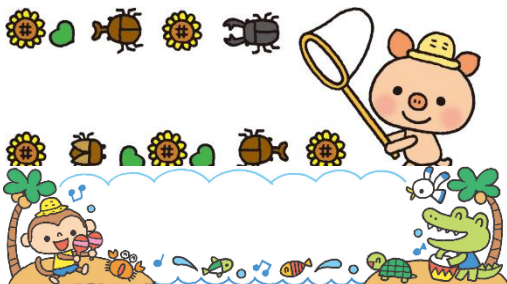
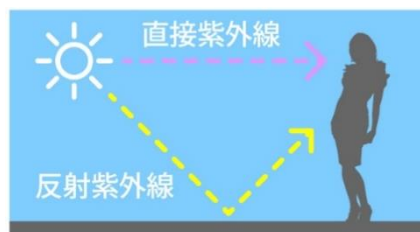
8月

- ・熱中症予防について



子どもは身長が低く地面との距離が大人より近いいため反射紫外線も大人より強く浴びます。

- ・夏に流行しやすい疾患



歯科検診について

時間:0歳児から 9:30開始

- ・園医の小林歯科医院小林隆志先生が診察します。
- ・当日の朝は歯磨きをしてから、登園してください。

※万が一、欠席し歯科検診を受けることができなかった場合、保護者の方に受診をお願いさせていただきますのでご理解の程よろしくお願ひします。

歯科健診では次の項目を調べます。

- ①歯並び・かみ合わせ・あごの関節に異常はないか。
 - ②虫歯はないか。
 - ③歯垢が付いていないか。
 - ④歯肉が腫れていないか。
- ・結果は当日レターケースに配布します。

9月

- ・夏の疲れについて
- ・AEDについて（救急の日）



10月

- ・視力について
- ・予防接種の促し
- ・子どもに起こりやすい怪我や事故について

11月

- ・インフルエンザ予防について
- ・鼻のかみ方

12月

- ・感染性胃腸炎の予防について
- ・手洗いの方法(手洗いの歌の紹介)
- ・園でのワセリン対応について

1月

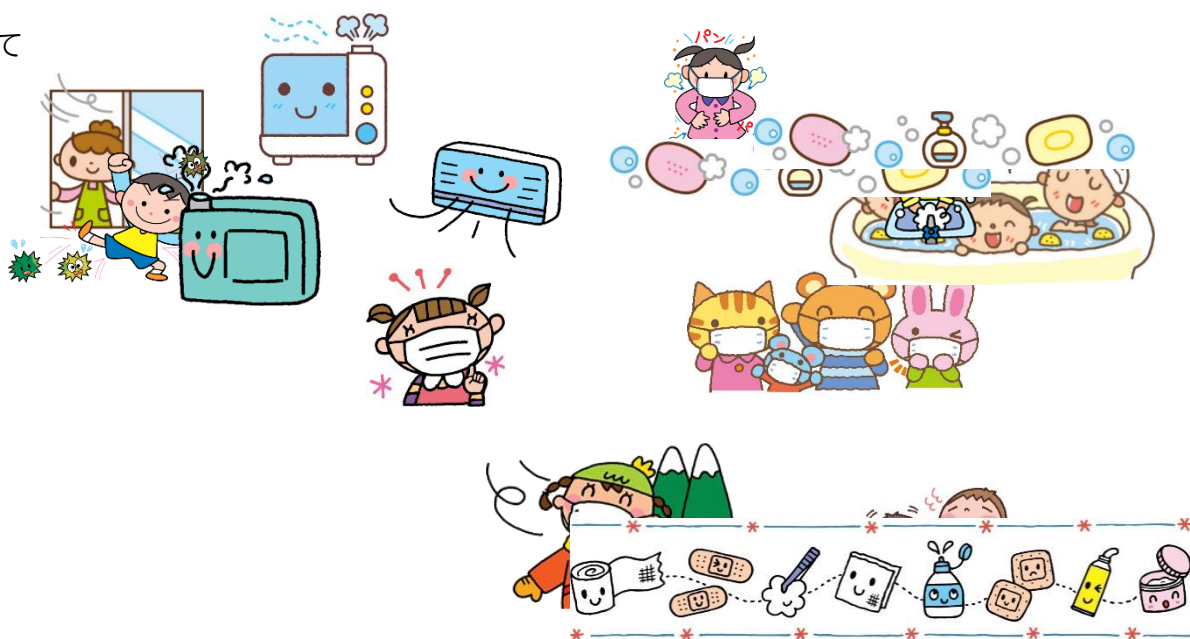
- ・冬のスキンケア方法の紹介
- ・インフルエンザの注意喚起
- ・排便のしくみ(生活リズムの面から)

2月

- ・冬の病気や感染症のケアポイント
- ・冬に起こりやすいケガや事故について

3月

- ・耳の日
- ・花粉症について



◎虫歯が出来るわけ
どうしてできるの？

虫歯菌が作るネバネバの歯垢の中に、同じく歯垢を作る乳酸がたまり、歯が溶かされていく、これが虫歯のメカニズムです。

★痛くて動かさない

歯髄腔に虫歯菌が到達すると熱い物がしめると、自然にズキズキ痛み始め、やがて歯髄が死んでしまふ(壊死)と一時的な痛みは場合によっては骨まで炎症が広がり、歯茎が腫れたり、ひどくなると頬や首の根元も腫れたし、全身の健康状態も悪化します。**★夜間痛の色が変わってくる**



★指先が曲がったまま

指を伸ばす腱が切れているか、骨折をしている可能性が。動かさないようにして、必要なら割りばしなどで固定し、整形外科へ。

◎虫歯菌はどこからやってくる？

★変形している

虫歯菌を多く持っている人と、全く持っていない人が、歯がまわが皮膚が、養育者の口移しや哺乳瓶の乳首を共有しての拭き飲み、スプーンなどで授乳し、不自然なことが明らかになると、歯が変形する可能性があります。

伝播しやすい時期は子どもの虫歯菌(虫歯菌)が生え始めから生えだす生後 19 ヶ月から 31 カ月の間と言われて

①患部を確認

子どもが痛がらない程度に、そっと動かしながら、どこが脱きゆうしているか、確認をする。しろうと判断で無理に関節を入れたりせず、病院へ。

①まず冷やす

患部を動かさないようにして、冷水で湿らせたタオルや保冷パックで冷やす。



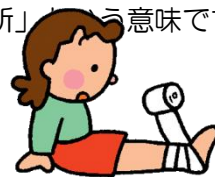
「プライベートゾーン」について

②添え木で固定

「プライベートゾーン」は、脱きゆうした関節は…見せても触らせてもいけない、自分だけの場所」という意味です。「水着を着た状態で、包帯を巻いて固定。」

②患部の固定

なぜか患部が動かなくなると、伸縮性のある包帯でやや強めに巻いて固定。痛みが続く場合は、包帯の上から氷のうや保冷パックなどで冷やす。



そのため友達同士にも触らせたりしてはいけません。

③冷やす

冷たい氷を長時間触らせないように、タオルや保冷パックなどを当て、痛みを和らげても絶対に患部を触らせては

③患部を高くして安静に

患部を高くして安静にしていると楽になる。



（また「自分でも人に見られないように注意してね」と言うと、人前で無防備に着替えたり、だらしない格好をしたりするのが、良くないことなのだと幼い子にもわかるはずです）

泥んこ遊びなども注意

女兒は特に、泥んこ遊びなどでも気をつけましょう。お尻をついて遊ばないように指導します。

プライベートゾーンが大切な場所と知らせることに合わせて、綺麗に保つ場所なんだということもわかってもらいましょう。

排尿排便時の始末の仕方も同じ意味で正しく指導しましょう。

（触ってはいけない場所だけれども、「プライベートゾーン」は汚いとか隠す場所という捉え方ではありません）
プライベートゾーンは自分で守り、また他人からも尊重される場所として覚えてほしいものです。

「あなたには大切な部分があって、それは自分で守って行くものだよ」と知らせて行くことで、自分を大切にするのは自分であることを理解して行くのだらうと思います。

