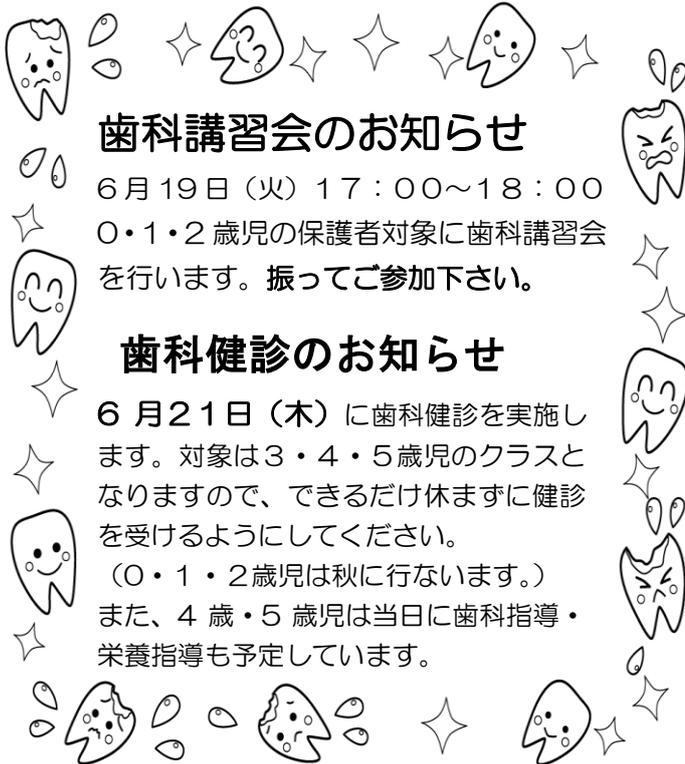




# 6月のほけんだより

平成30年6月1日発行  
戸塚愛児園

梅雨の季節になりました。湿度・温度ともに高くなるだけでなく、天気も変わりやすい時期です。体調を崩さないように、食事や水分をしっかりとり体力をつけていきましょう。また、衣服の調整や、部屋の掃除や換気などを行ない、梅雨のいやな時期をできるだけ気持ちよく過ごすことができるように心がけましょう。



## 歯科講習会のお知らせ

6月19日(火) 17:00~18:00  
0・1・2歳児の保護者対象に歯科講習会を行います。振ってご参加下さい。

## 歯科健診のお知らせ

6月21日(木)に歯科健診を実施します。対象は3・4・5歳児のクラスとなりますので、できるだけ休まずに健診を受けるようにしてください。  
(0・1・2歳児は秋に行ないます。)  
また、4歳・5歳児は当日に歯科指導・栄養指導も予定しています。

## 熱中症に注意しましょう。

これから6月にかけて、全国的に気温が高くなる予報が気象庁から出ています。熱中症に注意しましょう。

人間は体内に熱がたまると血液を使って、皮膚の表面に熱を運んだり、汗をかいたりして、体の外へ熱をにがすことで、体温を調節しています。しかし、子どもは体温調節機能が十分に発達していないため熱中症に罹りやすくなります。そこで、熱中症にならないために、体温をうまく調節できる体づくりが必要です。汗をかくことで体温調節が上手くできるようになります。

園でも気温や湿度に注意しながら、お散歩や園庭遊びをしています。

熱中症を予防するには・・・

- ・外出する時は帽子をかぶる
- ・日陰を利用する
- ・水分をこまめにとるようにする
- ・睡眠を十分にとる
- ・栄養バランスのとれた食事をする

## 気をつけよう！ 夏にはやる病気

夏に気をつけたい感染症。代表的な3つについて、主な症状を挙げてみました。気になる症状が見られたら、すぐに病院へ！

### ヘルパンギーナ

高熱とのどの痛み。特にのどは、水ほうや潰瘍ができるため、かなり痛む(乳児はミルクが飲めないほど)。



### フール熱

(咽頭結膜熱)

高熱とのどの痛みのほか、目の痛み・かゆみ・充血など、結膜炎のような症状がでる。



### 手足口病

手のひらや足の裏、口の中に小さな発しんや水ほうができ、熱が出ることも。



## 5月の感染症

水痘(みずぼうそう)・・・1名  
 感染性胃腸炎・・・2名  
 突発性発疹・・・4名  
 溶連菌感染症・・・1名  
 咽頭結膜熱(プール熱)・・・2名

5月の上旬から胃腸炎症状(嘔吐・下痢)が流行し、保健所からの指導を受け、中旬には終息しました。保護者の皆さまのご協力もあり大流行には至らず感謝しております。

看護師 ヤードン記代