ほけんだより 5月号

平成30年5月11日
fujimuraナーサリー
看護師　岸本

春の風が心地よく、さわやかな気分になれる５月。新学期が始まって1ヶ月が経ち、子どもたちも新しいお友達と元気に遊ぶ姿が見られるようになってきました。しかし、体や心に疲れが出て、けがをしたり、体調を崩したりしやすい時期でもあります。規則正しい生活をして、元気いっぱいに過ごせるようにしましょう。

お知らせ

6月より、嘱託医による0歳児健診は第3水曜日に変更となります。

全園児の身体測定も同日に行います。健診日は「母子手帳」をお持ち下さい。尚、「けんこうのきろく」を園に返却していない方はお持ち下さい。

爪はきれいかな？

子どもたちは様々な物に触れるため、爪（つめ）の中に汚れが入ったり、伸びていると欠けたりしてしまいます。汚れが溜まると炎症を起こし、爪の病気になってしまうので、手洗いで落としきれない汚れは、お風呂できれいに落としてあげましょう。

爪が長いとどこかにひっかけてしまったり、お友達を傷付けてしまうことにもなりかねません。おうちでは定期的に切ってくださるようにお願いいたします。

また、子どもの爪はとても薄いので爪を切っても角がとがっているとお友達を傷つけてしまいます。ネイル用のやすりで角を丸くしてあげましょう。

爪やすり

病院受診について

園では、感染拡大防止のため、異常が疑われる症状があった際には、保護者の方にお伝えし、早めの受診をお勧めしています。

また、受診時に医師より「症状が出ているが大丈夫」と言われた場合は、“病気にかかっているが登園は可能である。”という意味だと考えられます。念のため、「登園は可能でしょうか？」などはっきりと答えを求めましょう。

症状が出ているということは、病気にかかっているということです。全身状態をしっかりと確認し、できれば自宅で休んで治すことが望ましいです。

登園許可があり、登園された場合でも、悪化したりその他症状がみられる際には保護者の方にご連絡し、早めのお迎えをお願いすることがありますのでご了承下さい。

はしか

熱、咳、鼻水などの症状が出始め、数日後、首筋・顔から赤い発疹、口の中に白い発疹が出てから、再発熱で38～39℃台まで上がり、発疹は全身に広がります。全身症状が強く、かかるととても辛い病気です。また、肺炎、中耳炎、結膜炎、熱性けいれん、脳炎などの重い合併症を起こすことがあり、とてもうつりやすく、免疫がない大人にもかかるので注意が必要です。（予防接種を受けていない保護者の方は受けられることをお勧めします。）

はしかにかかってしまったら

保育園より行政機関に届け出をします。必ず園にご連絡下さい。

感染力の強い病気なので、解熱後３日を過ぎるまでは登園停止となります。体力が消耗しないようにできるだけ眠れる環境を整え、加湿器などで湿度を保ちましょう。熱が高い時は氷枕や保冷枕などで体温を下げるようにします。食欲が落ちていることが多いので、無理に食べさせることはせず、水分を十分に与えましょう。水分がとれず、嘔吐や下痢がひどい時は、脱水症状を起こしているかもしれないので、早めに受診する必要があります。

手足口病

乳幼児の間で流行するウイルス性の夏かぜの一種で、飛沫感染します。手足や口の中に水ほうや赤い湿疹が出るのが特徴で、ひざやお尻に出ることもあります。症状は３～５日で治まりますが、その後も２～４週間は便からウイルスが出るので、周囲の人に感染しないように注意しましょう。ウイルス性のかぜのため抗生物質は無効で、自宅療養での自然治癒を待ちますが、発熱や嘔吐がある場合は症状を緩和する薬を医師に処方してもらいましょう。登園が許可されているけれど、食事ができない等集団生活ができない場合は自宅で安静に過ごしましょう。

口の中に水ほうが出ている間、お子さまに食欲がなければ、水分補給さえしっかり行えば大丈夫です。食欲があるようなら、冷たいスープなどを与えてみましょう。

※各感染症によって登園可能の条件が異なります。また、感染症罹患後の初登園時には「登園許可証」もしくは「感染症届出書」が必要となります。必ずご持参ください。園ホームページよりダウンロードできます。内容をよくお読みください。ご不明な点は看護師もしくは園長までご質問ください。