



ほけんだより

5月号

令和6年5月1日
南水元いろは保育園
看護師 丹羽

5月が始まりました。多くの子どもたちは新しい環境に慣れ、少しずつ自分のペースで園生活を楽しめるようになってきました。一方、連休が増えて、生活が乱れがちになってしまうので、生活リズムを崩さないよう注意してください。

※熱中症に気を付けて※

危険な暑さに対して、熱中症に注意が必要です。

規則正しい食生活・睡眠

こまめな水分補給（塩分摂取）

暑さを避ける

無理せず徐々に身体を慣らす

熱中症情報を気にする

環境省熱中症予防情報サイト

暑さ指数（WBGT）を確認して、
保育園でも活動していきます。

今月の予定



20日（月）身体測定

22日（水）全園児健康診断（園内）

虫よけスプレーについて

kikiri-kira（ききりきら）

天然成分100%

白樺天然アウトドラスプレー

ディートフリー、アルコールフリー

園外保育の際に使用します。（天使の

スキンベープから変更となっています）

とびひ

アトピーやあせも、虫刺され、すり傷などを手で触ったりかいたりすると、皮膚の表面に複数の細菌が付着して繁殖し、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。なかでも黄色ブドウ球菌は高温多湿を好むため、夏になると流行します。



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。ガーゼなどで覆って、患部に直接触れないようにしましょう。状態がひどい場合は受診をすすめます。子どもの間で感染しやすいので、家庭でもタオルの共有や、兄弟との入浴は控えましょう。

虫刺されやすり傷などは放置せず、洗って清潔にし、とびひにならないように注意が必要です。

汗をかいたらこまめに着替え、爪は短く切り、毎日シャワーを浴びて体を清潔に保つことが一番の予防法となります。