



ほけんだより

令和4年8月1日発行
社会福祉法人悠晴
大島なかよし保育園 看護師

汗を沢山かく季節です。毎日こまめに水分補給をすることが大事ですが、冷たすぎる飲み物やアイス、糖分が多い飲み物は、食欲不振や夏バテの原因につながるため注意が必要です。暑さに負けない体づくりをするためにも、しっかりご飯を食べられる工夫をしましょう！

8月の保健行事予定

中旬以降 身体測定

7月の感染症発生

手足口病 3名

新型コロナウイルス 2名

夏の肌トラブル

蚊

に刺されたとき

大人が蚊に刺されるとすぐに腫れて、じきに治まります。ところが、小さな子どもは、刺されてしばらくたってから、びっくりするほど大きく腫れて水ぶくれができることもあります。掻きこわさないよう、早めに手当しましょう。

ケア

- ①刺されたところを水で洗い流します。
- ②かゆみ止めを塗ったり、ぬらしたタオルやハンカチで包んだ保冷剤などを当てたりして、かゆみを和らげます。



あせも

ができたとき

汗を分泌するところに、汗やほこりなどがつまって炎症が起こった状態です。汗をかきやすい部位に赤いポツポツがたくさんできて、かゆくなります。

ケア

シャワーなどで汗をよく洗い流します。外出先などでは、汗の成分が皮膚に残らないよう、濡らしたタオルで汗を拭きとりましょう。

予防：汗をよく吸い取る綿の肌着を着せましょう。



とびひ

ができたとき

皮膚をかきむしって傷ができたところに、細菌が感染して、ジクジクした湿疹（とびひ）ができます。とびひは感染力が強いうえに、ひどくかゆいため、かいた手で体の他の部分を触ると、そこにも湿疹が広がります。

ケア

シャワーを浴び、皮膚を清潔に保ちます。かき壊して広がる、周りに感染するのを防ぐためにガーゼなどで保護することがあります。

皮膚トラブルを防ぐために

- ・皮膚を傷つけないように爪を短く切る
- ・かゆみを和らげるように冷やす、かゆみ止めを塗る
- ・治りが遅い、広がった、湿疹が変化したときは、小児科や皮膚科を受診

～ 手足口病が流行中！ ～

江東区内でも手足口病が流行していますので、疑わしい発疹があった場合には病院受診をお願いします。

手足口病は「飛沫感染」と「接触感染」が主な感染経路です。また症状が治まっても口からは1～2週間、便中には2～4週間ウイルスが排出され、大人でも感染する可能性がありますのでご家庭でも注意してください。発疹がある場合でも、完全に解熱し、普段通りの食事がとれれば登園可能になります。登園可能か医師に診断してもらい、登園の際には登園届を記入していただきますようご協力をお願いします。

新型コロナウイルス感染症に対する 保育施設の対応変更について

江東区よりオミクロン株の特徴を踏まえ、保育所等における濃厚接触者の特定は行わないとの通知がきました。ただし、5名以上の陽性者等が確認された場合には濃厚接触者の特定を行います。濃厚接触者とされた場合には、陽性者との最終接触から5日間は健康観察、行動制限期間となり登園ができません。陽性者が確認された場合には、掲示等にてお知らせいたしますのでご確認をお願いします。