

ほけんだより



#

梅雨の初めは体もまだ暑さに慣れておらず、湿度が高いため汗もかきにくく熱中症になりやすい時期です。こまめに衣類調節をして十分な睡眠と食事・水分をとりましょう。またプールが始まります。健診で異常のあった人や持病のある人は早めに受診しプール可能か主治医に確認をしておきましょう。 看護師 松坂

小さい子の食中毒にご注意を

はじめじめした梅雨から夏にかけては、食中毒が発生しやすい時期。食中毒の原因になる細菌が、活動しやすい湿度と気温がそろっているからです。食中毒になると、下痢、おう吐、腹痛などの症状を起こしますが、0、1、2歳のころは、けいれんを起こしたり、意識がなくなったりすることも！重症化しやすいので、調理するときは必ず手を洗い、新鮮な食材を使いましょう。

正しい手洗いを

手洗いで予防できる病気はたくさんあります。正しく洗って、健康に過ごしましょう！

せっけんを泡立てて……

- 1 てのひら
- 2 手の甲
- 3 指の間
- 4 指先、つめ
- 5 手首
- 6 洗い流す

指と指の間、指先、手首は洗い残しが多いよ。念入りにね

感染症状況 5/10～6/4

- 流行性耳下腺炎 1名
- 伝染性膿痂疹 1名
- 突発性発疹 1名

保健行事

- 毎月 身体測定(身長・体重)
- 6/28 歯科健診

頭ジラミの多く発生する時期です。毎日しっかり大人が頭を洗い、卵がないか点検しましょう。

プールのお知らせ

#9月55日(火)よりプール開きです！#
爪は短くし、髪の毛の長い子は結んで#
忘れ物のないようにしましょう。#

#水イボがあるお子さんは#
他の人と触れないように#
覆ってあげてください。#