

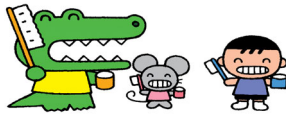
ほけんだより



看護師 松坂美奈子

長引く自粛や新しい生活様式に大人も子どもも疲れていることと思います。梅雨も近づき蒸し暑い日がやって来ますが湿度が高く汗をかきにくいこの時期は熱中症になりやすいのでこまめに水分補給をして睡眠栄養を十分にとりましょう。#
※今月は7/8才：月は5/6才も健診を行います。また歯科健診は：月になります。#

ダラダラ食いはやめよう



食べかすが残っていると虫歯菌が酸をつくり歯を溶かし#
て虫歯になります。唾液には軽い虫歯なら歯を修復する#
力がありますので唾液が出るようによくかんで4日中食#
べるようなダラダラ食いはやめて口に食べ物が入ってい#
ない時間を作りましょう。特に寝る前はしっかり歯みが#
きをして口をきれいにしましょう。またかかりつけの#
歯科をみつけて定期的に見てもらいましょう。#

新型コロナ対策について

まだまだ三密を避け気を付けて生活をしていく必要があります。狭い保育園では密集密接を避けることは難しく自分で気を付けることのできない小児の集団は感染の広がりやすい場所です。喘息以外の咳など風邪症状のある人はお休みをお願いします。発熱の場合は解熱後約57時間たってから登園して下さい。保護者の方も病気を持ち込まないよう風邪症状のある時は来園を避けて#
下さい。必ずマスクをし#
て密集を避けるため少人#
数で送迎をお願いします。#



保健行事

6/25 0.1.4.5才児健康診断
毎月 身体測定(身長・体重)

感染症状況 5/13~6/4
突発性発疹 1名

頭ジラミに注意

髪に寄生して頭皮の血を吸います。きれいでも移ります。定期的に卵がないか確認しましょう

アタマジラミの予防と駆除

予防

- 毎日大人が洗髪する
- 髪はできるだけ短くする
長い子はしばる
- 衣類や寝具はいつも清潔に
- こまめに掃除機をかける
- とくときシラミチェックを

いつもすっきり頭でいるために予防を心がけましょう。もしシラミを発見したときは、すぐに駆除を!

駆除

特殊なシャンプーで洗髪

薬局で購入できる「スミスリン」という殺虫効果のあるシャンプーを2~3日に1度使って洗髪。1か月ほど使うことで効果が上がります。

卵は発見次第つぶす

卵を見つけたら目の細かいくしですき取り、つぶします。

