



8月ほけんだより

看護部 担当:横道



連日気温の高い日が続いていますね。いよいよ夏も本番です。日頃の暑さにも負けず子どもたちはじっとしていません。汗びっしょりで元気に遊んでいます。子どもたちの楽しい時間を作っていくとともに、熱中症や夏バテにも気を付けていきたい時期です。いつもより多めに水分を取る、着替えをこまめにするなど、子どもたちの様子に合わせて保育園でも体調管理を大切にしていきます。

アタマジラミに注意！！

子どもたちを中心に、アタマジラミが散発的に流行しています。アタマジラミは季節や清潔さに関係なく発生し、園児や児童に多く見られます。おもに接触によって人から人へとうつりますので、集団生活をしていると誰にでもうつる可能性があります。

アタマジラミの成虫は2～4mmくらいの大きさで、人間の頭皮に寄生し頭皮から血を吸って、毛根近くに卵を産みます。卵は、耳の周囲からえりあしにかけて多く付着しています。卵は1日に5～6個髪の毛に産みつけます。



☆予防☆

子供一人でシャンプーさせずに、時々は点検も兼ねて、大人がしっかりと、髪を洗ってやってください。きちんと洗髪することでアタマジラミを減らすことも期待できます。早期に虫卵を発見することが大切です。

☆発見したら☆

タオル、くしや帽子の共用を避け、着衣、枕カバー、帽子などは洗濯前に55℃以上のお湯に5分以上つけければ、付着している幼虫・成虫・卵は死滅します。(衣類乾燥機の使用も効果があります)

アタマジラミ専用の駆除剤があります。

卵のついてる髪の毛は切るか、すきぐしですき落とし、卵を取り除きましょう。

アタマジラミが見つかったら、保育園にもご連絡ください。



元気に夏を過ごしましょう



つばて注意！

1日3食食べて、生活リズムを整えよう



めたい物の食べ過ぎ注意！

エアコンの温度を下げすぎないようにしよう



すみ中も早寝早起き

睡眠をしっかりとうろう



マホヤテレビの見過ぎ注意

時間を決めて見よう



ずやお茶でこまめに水分補給

喉が渇く前に飲もう

コロナ対策も忘れずに！

てあらい・マスク・生活リズム



鼻の日

8月7日は「鼻の日」です

鼻の役割とは…？

- 呼吸をします。
- 鼻に入った空気からほこりを取り除き、肺に空気を送ります。
- においをかぎます。

鼻を大切に！

鼻をかむ時は片方ずつ静かにかみましょう。両方を同時にかむと耳を痛めます。また、鼻の穴に物を入れないように注意しましょう。

鼻血が出たらどうする？

下向き・鼻押さえ・脱脂綿をつめる(ないならティッシュはふき取りのみに使用)で15分！
ほとんどがこの処置で止まります。
処置を行っても鼻血がとまらない場合は、耳鼻咽喉科を受診しましょう。

～病児保育室利用時のお願い～

●すべての持ち物にお名前を書いて下さい。

利用定員が16名に
増えています。
お気軽にお問合せ下さい



