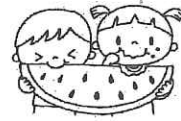


ほけんだより 夏号



2019年8月発行
聖星保育園保健師

いよいよ夏本番です。この時期は、旅行などで日常と違った場所に行くこともあるかと思えます。それは子どもにとって貴重な経験となる一方、日頃あまり気にしない事から病気にかかったり事故に遭ってしまう可能性があります。次のことに留意して、夏を元気に楽しみましょう！

夏のお出かけ

... 食べ物・飲み物 ...

バーベキューでは、肉の中心までしっかり火を通し、焼く箸と食べる箸を分けましょう。海外旅行では生水や氷を避け、完全に火の通った物だけを食べるようにしましょう。

... 動物 ...

動物は病気を持っていると考え、動物やその死骸、排泄物に近づいたりさわったりしないようにします。もし咬まれてしまったら、水と石けんで徹底的に洗い、すぐに医療機関を受診してください。狂犬病は症状が出ると助からない病気ですが、咬まれた後ワクチンを打つことで予防できます。子どもに、動物には近寄らないように、咬まれてしまったらすぐに大人に知らせるように教えましょう。

... 虫除け ...

虫除け剤は目、口、傷がある部位を避け、皮膚が露出しているところにつけますが、子どもの場合手を口に持っていくことが多いため、手にもつけない方がよいでしょう。蚊でうつる感染症は、大人より子どもの方が重症になりやすいので、窓に網戸がある部屋、エアコンのある部屋に宿泊し、屋外では長ズボンや長袖など皮膚を覆う服を着せましょう。

※ 毎年、蚊取り線香でやけどしたという報告がありますので、ご注意ください。

... 水の事故 ...

旅行中の子どもの死亡原因の第2位は、水の事故です。水辺では子どもを見張る人を決めておき、決して目を離さないようにしてください。また、水の浅い場所で飛び込みをすることで、脊髄の損傷を起こす例があります。

※ 海外旅行、特に発展途上国を旅行した後6ヶ月間は、旅行関連の感染症が生じる可能性があります。帰国後に発熱、下痢、嘔吐、頭痛、関節痛、筋肉痛、皮膚の異常などの症状が出たら、早急に医療機関を受診しましょう。受診にあたっては、症状に加えて、旅行先、旅行期間、旅行中の行動、動物との接触、宿泊先の状況(虫除け対策等)、旅行前の予防接種等の情報を、医師に伝えて下さい。

手足口病が流行しています



手足口病は、手足や口の中、おしりなどに水疱性発疹ができ、発熱や食欲不振などもみられるウイルス性の感染症です。感染経路は飛沫、接触及び経口感染で、発症して最初の数日間が最も感染力が強いものの、快復後も当分の間、飛沫や鼻汁、便などからウイルスが排出されます。

ワクチンはなく、予防には手洗いをしっかり行うことが大切です。多くは数日の自然経過で治りますが、稀に合併症を起こして重症化してしまうこともあります。疑わしい症状がみられたときは受診しましょう。

アタマジラミにご注意を



アタマジラミは人の頭に寄生し、頭皮から吸血します。かゆみや皮膚炎などの不快な症状を起こすことがあり、保育園や家庭などで身近な人に次々と感染して、広がっていきます。時々お子様の頭を点検して、毛に産み付けられた卵を探してみてください。卵は毛の根元付近に付いていることが多く、耳の後ろや後頭部によくみられます。一見フケのようですが、手でしごかないと取れません。

アタマジラミの卵がみつかったら、家族全員の頭髪を調べて、皆で一斉に駆除することが効果的です。皮膚科や薬局に相談して専用の駆除剤(スミスリンシャンプーなど)を使用しつつ、手で卵を一つ一つ取り除くか、思い切って髪を短く切るとよいでしょう。寝具や帽子などは毎日洗濯し、部屋の掃除も徹底して行うようにします。通っている保育園や学校にも、連絡しましょう。

※ アタマジラミは不潔で発生するものではなく、たまたま感染してしまうものです。



よい子に育ててほしいと願う親御さんへ ~ 創造性を伸ばすには ~



性格形成は主に二歳児の後半になされ、この時期が創造性を育てるのにとっても大切な時期になります。子どもの創造性を伸ばすには、子どもが作ったものを親が喜んであげることが一番です。こわせば消えてしまうので、よくできたものは写真に撮って、ほかの家族にも見せて一緒に喜んでもらったり、壁やアルバムに貼ったりします。子どもは、写真にはないもっと立派なものを作ろうと、自然に励むようになっていきます。親が、こうしたらいいなどのヒントを与えてしまうと、最後の仕上げは親に頼るようになってしまいます。一切手伝わず、出来上がりをほめるだけにします。