ほけんだより６月

社会福祉法人誠和会ひまわり保育園　　看護師　野澤

新年度に入り２カ月が経ちました。この時期は生活に慣れてくる反面、急激な気温の上昇やじめじめと室温が高く、体調を崩してしまいがちになってしまいます。園内でも咳や鼻水が出ているお子様が多くいます。
保育園でも体調面に気をつけて観察し、過ごしやすい環境を作っていきたいと思いますので、ご家庭での体調管理も宜しくお願いします。

５月の感染症発生状況

溶連菌感染症　　１名
パラインフルエンザ　１名
結膜炎　　１名

お知らせ
６月６日（金）　歯科検診があります。

おねがい
気温が高くなると虫に刺されるお子さんが多く見られます。
虫よけシールを貼って登園してくるお子様がいますが、
未満児の誤飲防止等のため、登園時には外して来てください。
宜しくお願いします。

６月４日は虫歯予防デー

歯磨きの習慣を身につけよう

・朝、夕食後は必ず歯磨きをしましょう。
・おうちの人と楽しい雰囲気で歯磨きをしましょう。
・最後はみがきのこしがないか、おうちの人が仕上げをしてあげましょう。
・小さい子どもはブクブクうがいできれいにしましょう。

夏の日ざしに注意

紫外線の浴びすぎはよくありません。夏の外出時には、必ず紫外線対策をして出かけましょう。

紫外線を防ぐ４つのポイント

① 日ざしの強い朝10時から14時までの外あそびは避ける
② つばの広い帽子をかぶる
③ 日焼け止めを塗る
④ 長時間、日なたにいない。外出するときは、日陰で休憩する

※紫外線が増えるのは５月から。また、９月まではしっかり対策をとりましょう！

食中毒に注意!!

食中毒は6月～9月にかけて多く発生します。細菌の活動しやすい温度と湿度がそろっているためです。

お弁当のおかずは十分加熱したものを入れ、ゆで野菜は当日の朝ゆで、熱いものと冷たいものはいっしょに入れないようにしましょう。また、お弁当箱も熱湯消毒をしましょう。

家庭では、新鮮なものを購入、冷蔵庫には詰めすぎない、まな板などは熱湯消毒、食べ物は十分加熱、食べる前には必ず手を洗い、すみやかに食べるなど心がけましょう。