

5月が始まりました。多くの子どもたちは新しい環境になれ、少しずつ自分のペースで園生活を楽しくできるようになってきました。一方、連休が増えて生活が乱れがちになってしまうので、生活リズムを崩さないよう注意してください。

春の熱中症 に気をつけましょう

「熱中症」というと、夏に起きるイメージが強いですが、季節の変わり目で寒暖の差が激しい今の時期も油断できません。真夏ほど気温が上がらなくても、暑さに体が慣れていないため、子どもの体には急激な気温の上昇が負担になります。天気予報で「夏日」「真夏日」「蒸し暑い日」などの予報が出たら、

- ①夏だと思って過ごす
- ②服装は涼しい軽装(帽子、着替えの準備)
- ③こまめに水分補給する
- ④屋外で長時間過ごす時は、保冷剤やおしぼりを準備し、首などを冷やすなどの暑さ対策をしていきましょう。

爪の働きとケア

◇爪の働き

- (1)指先が傷ついたりしないように保護します
- (2)細かいものをつかむことができます
- (3)手のひら側からの感触を受け止めます

◇爪のケアポイント

○爪が長いと爪の下にばい菌がたまりやすく、見た目も汚らしく見えます。また、他の人を傷つけたり、けがのもとになるので伸びたら切りましょう。目安としては、1週間に1回位です。お風呂上がりなどは、爪がやわらかくなって、切りやすくなります。

○切り過ぎにも注意しましょう

切り過ぎた爪は伸びるときに皮膚にくい込むことがあります。傷口からばい菌が入り化膿する原因にもなります。短く切りすぎたときは、爪の角を落として、やすりで丸くしましょう。

手足口病

[主な症状]

- 38℃前後の発熱。手のひら、足の裏、指の間、体に、水疱や赤みを持った米粒のようなブツブツ(丘しん)ができる。
- 口の中にも水疱ができる。痛みがあり、破れて口内炎になると食欲が落ちる。

※合併症：脳幹・脳炎、髄膜炎、心筋炎

[予防・対応]

排泄物からウイルスが排出されるため、おむつ交換のときは十分に気をつけましょう。

丁寧に手洗いをしましょう。

潜伏期間:3~6日

感染経路:飛沫感染、糞口感染
出席停止期間:熱がなく、普通に食事ができること(解熱後1日以上経過)

感染症状況

(3/20~4/20)

- ・アデノウイルス 1名
- ・ロタウイルス 7名
- ・胃腸炎 17名

