



寒暖の差が激しい梅雨の時期は何を着せたら良いか迷う日も多いと思います。基本は半そでで登降園時冷える時は上着を羽織って調節していただくのが良いと思います。晴れた日には、沢山汗をかいて、泥んこになって遊ぶのも楽しい季節でもありますので、汚れても良いもので、吸湿・通気性の良い夏物のお着がえを多めに用意していただくと助かります。登降園時肌寒い時には上に1枚羽織って温度調節をしていただくと良いかと思ひます。

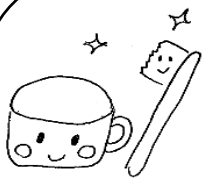
マスクも着用しているので、熱中症に注意しながら活動する時間・ゆっくり過ごす時間など年齢に応じて過ごしやすい環境づくりに配慮していきたくと思ひます。



### 虫よけについてのお願い

最近園内でも蚊が飛んでいたり、虫さされの報告も出てきています。園でも室内には電気式の蚊取り線香、網戸やバギーなどには天然エッセンシャルオイルを使った手作りの虫よけ、肌には子どもにも使えるイカリジンという成分の市販の虫よけ（ディートを含まない）などで対策をしていますが、朝の登園時や朝の保育時間は蚊が活発に活動する時間帯でもあります。

お家を出られる前にお子さんに合った虫よけを使用していただくと安心かと思ひます。ただし、貼るタイプの虫よけは、剥がれてしまうと小さいお子さんが誤って飲み込んでしまう危険があるためお控えください。



### 6月4日から10日は ☆ 歯と口の健康週間

虫歯を予防するためには、食べたらずくに歯を磨く習慣付けが虫歯予防の第一歩です。

しかし、歯科の先生によると、一人で十分のみがけるようになるのは小学校3年生を過ぎてから。小学校のうちは最後に大人が確認してしっかり仕上げ磨きをしてあげる事が虫歯予防に効果的だそうです。

また、就寝前の歯磨きが1日のうちで一番重要かつ効果的だと言われています。

今日の出来事を話しながら仕上げ磨きをし、お子さんとコミュニケーションを取る時間として活用していただくのも良いのではないのでしょうか？



### 正しく磨くポイント

- ☆ ブラシやグリップの形がシンプルで小さめのものを使う
- ☆ 磨く面に直角にブラシを当てる。
- ☆ 1本1本みがくつもりで磨く。
- ☆ 毛先が開いたものは使わない。
- ☆ 歯ブラシは鉛筆を握るように握って柔らかい力でできるだけ細かく動かす。
- ☆ 歯ブラシはきれいに洗って乾燥させる。
- ☆ 研磨剤入りの歯磨き粉は少量のみにする。
- ☆ 仕上げ磨きは上唇小帯の上に指を置き、カバーして行う。



### もしかしてむし歯？

むし歯があると食事中こんな様子が見られることがあります。

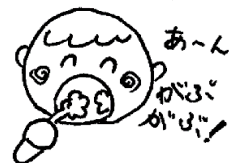
同じ方ばかりで噛んでいる



いつまでも飲み込まない



噛まないでまる飲みする



かかりつけの歯医者さんを作り、定期的に歯のチェックアップをお願いしたり、おかしいな？と思ったら早めに受診しましょう。

## 水いぼ（伝染性軟属腫）って？

伝染性軟属腫は、ポックスウイルス科に属する伝染性軟属腫ウイルスに感染することで発症します。弱いウイルスなので免疫反応も起きにくく、治るのに時間がかかります。それほど重篤な症状も無く、時間がかかっても自然治癒しますが、周りの湿疹が痒くて引っ掻いたりすることで急激に増えたり、とびひになったりすることがあります。皮膚のバリア機能が不完全で、感染しやすい子どもたちの苦痛をできるだけ少なくするために、清潔や保湿などのスキンケアをするとともに、早めに治療する事をお勧めしたいと思います。園医の先生は、集団生活で本人にも他の子にも感染を広げない為にも、少ないうちにとってしまうのが良いとお考えだそうです。感染拡大を防ぐため、プールや水遊びの時だけでなく普段の生活でも患部は衣服やガーゼで覆いましょう。

## 夏に多い感染症

感染力も強い為、必ず受診をして医師の診断を受けましょう。アデノウイルスによる感染症でも登園停止期間があり、登園許可証が必要なものとそうでないものもあるので医師に登園停止かどうか確認しましょう。

### ヘルパンギーナ

原因：

コサッキーウイルスA群などの飛沫感染で起こる。

症状：高熱・のどの痛み  
のどに水疱や潰瘍ができて痛みが強い。食事や水分摂取が出来なくなることもある。

対応：熱やのどの痛みがある間は安静に過ごします。熱が下がって普段通りの食事ができるようになれば登園可能。医師の指示のもと登園届けが必要。

### 咽頭結膜熱

（プール熱）

原因：アデノウイルスによる飛沫感染、目やにや便からうつることもある。プールの水を介して感染することもある。

症状：39℃以上の発熱  
とのどの痛み、目のかゆみ痛み、充血、涙、目やになど、結膜炎のような症状が出るのが特徴。

対応：主な症状が消失して2日経過するまでは安静。主治医からの登園許可書が出れば登園可能。



### 流行性角結膜炎

原因：アデノウイルスの感染による結膜、角膜の炎症。ウイルス性結膜炎の中で最も感染力が強く、プールの水だけでなくタオルや罹患者が触った場所等への手指の接触によっても感染する。

症状：瞼のはれや異物感、痛み、充血、目ヤニなど。角膜の炎は視力に影響を残すこともある。

対応：角結膜炎症状が消失し、医師が感染の恐れがないと判断し、許可書が出れば登園可能。



### 手足口病

原因：コサッキーウイルスやエンテロウイルスによる飛沫感染。

症状：手や足、口の中に小さな水疱や赤い発疹が出来る。熱が出ることもある。

対応：熱が下がって普段通りの食事が摂れるようになれば登園可能。医師の指示のもと登園届けが必要。

5月の感染症 ヘルパンギーナ 1名 手足口病 1名 胃腸炎3名

5月の受診 皮膚科2件 歯科1件