



水遊びが始まりました。暑い日でも夢中になって遊ぶ子供たちは、汗をかいただけでも体力を消耗します。また、汗や紫外線、虫刺されなどによる肌のトラブルも増えていきます。暑い夏を楽しく過ごせるよう、皮膚の清潔や食事に気をつけ気分を爽快にして、この夏を乗り切りましょう。

楽しいプールあそびのために

子どもたちが大好きなプールあそびが始まります！ 楽しく安全にあそべるよう、ご家庭で以下のことをお願いいたします。

- 1 毎日お風呂に入り、洗髪する
- 2 つめは短く切る
- 3 耳鼻科で耳掃除をする
- 4 朝ごはんをしっかり食べる
- 5 たっぷり眠る

※とびひなど皮膚の病気や、結膜炎、中耳炎などの目、耳、鼻の病気にかかっていたら、プールが始まる前までに治しておきましょう。

保護者の方へお願い

- ◆ 毎日、体調チェックと体温測定をしてください。
- ◆ 体調面等で気になる様子がある場合は登園時にお知らせください。
- ◆ 体調が悪い時には、無理のないよう登園は控えてください。
→解熱後24時間以上が経過し、呼吸器症状(咳や息苦しさ)が改善されてからの登園をお願いします。
- ◆ 新型コロナウイルス感染者または濃厚接触者との接触により感染が疑われるようなご家族がいる場合は登園を控えてください。
尚、PCR検査を受けた時は必ず園に報告をお願いします。
- ◆ 感染していることがわかった場合は保健所の指示を受け、当園可能になってから登園してください。

病後児保育施設「こもれび」のご紹介

- ・病気の回復期や怪我等で登園できないお子さんをお預かりする施設です。
- ・榛東中央こども園に併設されています。ぜひご利用ください。【TEL 55-0008】
- ・利用した場合、村からの助成も受けられますので、ご相談ください。

かゆみのある湿しんは「とびひ」かも

虫刺されや湿しんなどで傷ついた皮膚に細菌が感染して「とびひ(伝染性膿痂疹)」になります。うみをもったような水ぼうがでできたり、かさぶたができて、強いかゆみが出ます。かゆいからといってひっかくと大変！ とびひがどんどん広がってしまうのです。治りにくいじゅくじゅくした傷を見つけたら、つめでひっかないようにガーゼで覆い、受診しましょう。

ほくたちのつめも、忘れずに短く切ってね

高熱に注意！ 夏かぜ

夏かぜを起こすウイルスは、冬のものとは異なり、高温多湿を好むタイプです。せきや鼻水は少なく、肺炎などに進行することはまれです。夏に流行する主な病気に、プール熱、ヘルパンギーナ、手足口病などがあります。

- 発熱する
- 目の充血、痛みがある
- のどが赤くはれ、痛みがある
- 口の中やのどに水ぼうがでできる
- 体に発しんが出る

これらの特徴がある場合や、いつもと様子が違うときは、必ず受診し、医師の診断を仰ぎましょう。