



6月

# ほけんだより

2024.6 発行  
榛東南部こども園  
看護師 香川

梅雨の季節がやってきました。大人にとっては憂鬱な雨の日も、長靴や傘、レインコート、水たまりなど子どもたちはワクワクです！天気や気温の変化が激しい時期ですので、水分補給をしっかりと行い、体調管理に気を付けましょう。

## 水遊びが始まります！ とびひ・水いぼに注意！




**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きたり、かさぶたができたりして、強いかゆみが出ます。かゆいからといってひかくと大変！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、忘れずに短く切つてね



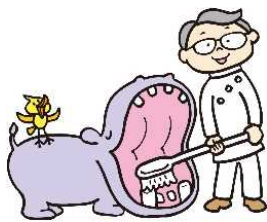

### 水いぼ Q & A

**Q. 水いぼって何？**  
A. 伝染性軟属腫ウイルスが原因でできる粟粒大のいぼで、おなかやひじ、わきの下などにできて広がります。

**Q. うつるの？**  
A. いぼがつぶれ、液が付くと、うつる可能性があります。体の接触でうつりやすいので注意が必要です。

**Q. 登園やプールは？**  
A. 登園の制限はありません。プールもOKですが、傷がじゅくじゅくしているときはガーゼで覆い、プールも控えたほうがよいでしょう。

**Q. どうやって治すの？**  
A. そのままでも半年から1年半ほどで治ります。アトピー性皮膚炎の子や、かゆくてかきこわしてしまうような場合は医師に相談のうえ、治療を。



5月22日に歯科健診を実施しています。

虫歯がみられたお子さんは歯科の受診をお願いします。

結果につきましては、5月24日に配布しました用紙をご覧ください。

### 虫歯は虫が作っている!?

0歳から歯磨きの習慣を

虫歯は、歯垢の中にすみムコタンヌス菌が作り出す酸によって、歯が溶けていく病気です。歯の付け根部分などに白っぽく見えるものは食べかすではなく、菌がかたまってきた歯垢。ネバネバして

いるため、うがいでだけでは取れず、ていねいな歯磨きが必要です。歯が生え始めたら歯磨き習慣の準備を始め、上下4本ずつ生えたら歯みがきスタートです。

<b>0歳</b> 保護者 口の周りを触られることに慣らす。	<b>2歳</b> 保護者 短時間で寝かせ磨き。歯ブラシを持たがるときは、必ず保護者のひざの上で持たせる。	<b>3歳</b> 子ども+保護者 歯ブラシの持ち方、磨き方をシンプルに教える。一人磨きの後、仕上げ磨き+デンタルフロスも併用して。	<b>4歳</b> 子ども+保護者 ていねいな歯磨きの仕方、デンタルフロスの使い方を教える。仕上げ磨きをする。	<b>5歳</b> 子ども+保護者 一人磨きが完成するが、必ず大人が仕上げ磨きを。
--------------------------------------	---	--	---	---

