



ほけんだより 6月号



令和7年6月18日

東部マドカ保育園

看護師 鈴木敦美

蒸し暑くなってきましたね。気温が高くなると流行ってくる風邪があります。お子さんをよく観察されてください。また、本格的に虫刺され・あせも・おむつかぶれなど皮膚のトラブルが多くなってきました。早めに対処をしてこの季節を気持ちよく過ごしたいですね。

これから増えてくる感染症（夏の三大感染症） 登園には医師の登園許可証が必要です。

手足口病…… 手や足、口の中にぷつぷつが出る。口に出ると痛みで食事がとれないこともある。

ヘルパンギーナ…… 高熱が出て口の中やのどの奥にぷつぷつがたくさんできる。痛みで食事がとれなくなる。

咽頭結膜熱…… 発熱、のどの痛みがあり、白目が赤くなる。

お子さんはどうでしょうか？気になる症状があったら早めに受診しましょう。

虫刺されの対処 ※ 保育園では虫刺されの薬としてムヒ・Sを用意しています。

1. 刺されたところを水でよく洗い流します。
2. ハンカチで包んだ保冷剤や濡らしたタオルをあてて冷やすとかゆみが和らぎます。
3. 虫刺されの薬を塗るときは刺された部分をきれいに洗ってからにしましょう。



ご家庭で他の塗り薬や日焼け止めと併用したいときは
塗り薬→日焼け止め→虫よけスプレー の順番で塗りましょう。



※ 保育園ではステロイドの入っていないムヒ・Sを用意しています。患部を洗い流して冷やしても、どうしてもかゆみが収まらないとき少量使用しています。なお、3か月から使用できますが、0・1・2歳はなめるおそれがあるので、洗い流して冷やすのみで可能な限り過ごしています。ご使用に関してご相談がある方はお知らせください。

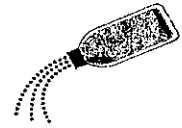
あせもの対処 子供は汗を放置すると10分であせもになるそうです。

- ・ 汗をそのままにせず、こすらないようにこまめにふき取り着替えましょう。（お出かけの時、着替えを持っていくといいですね。）
- ・ シャワーで汗を流しましょう。出来ないときは濡らしたタオルで拭きとりましょう。
- ・ ハンカチで包んだ保冷剤をあてたり水で洗い流すなどして冷やすとかゆみが和らぎます。
- ・ 綿やガーゼ素材の服を選びましょう。
- ・ 長い髪はすっきり結びましょう。
- ・ 薬を塗るときは、シャワーや濡らしたタオルで汗を拭きとり、皮膚を清潔にしてからにしましょう。（汗がついたまま薬を塗っても効果が十分得られません。）



おむつかぶれの対処

- ・ いつもより回数多くおむつ交換をして清潔を保ちましょう。
- ・ 便をしたときは、可能であればシャワーできれいに洗い流してあげましょう。
- ・ 処方された薬を塗るときは、シャワーや濡らしたタオル等できれいにしてからにしましょう。汚れたまま塗ると薬の効果が十分得られません。
(ペットボトルなどでミニシャワーを作ってもいいですね。)



※ 日に日に悪化する場合、早めに受診し適切な薬を正しく塗りましょう。

肌トラブルと水遊びについて

お肌は保湿が大事といわれています。ですが肌トラブルにはまず、シャワーや拭きとり、こまめな着替え等でお肌を清潔にすることが大切です。保湿はそのあとに行いましょう。

これから水遊びが始まります。集団活動になりますので衛生面と感染予防の点からいくつかお願いがございます。ご理解とご協力をお願い致します。

このような時は水遊び(プール)出来ません

- × 傷がじくじくして液が出ているとき
- × 傷に痛みや腫れがあるとき
- × 傷から血が出ている時
- × 絆創膏をしているとき(キズパワーパッド、ケアリーブなど特殊な絆創膏も含む)



※ 傷があってもかさぶたになっている場合は水遊び(プール)可能です。



水遊び(プール)をする日の朝は皮膚に何も塗らないでください

日焼け止め、虫よけ、あせもの薬、保湿剤、ほか皮膚に塗る薬

水が濁ったりぬるつきます。それらの薬の成分が子供たちの口に入ってしまうます。ご理解とご協力をお願い致します。

※ ご質問ご相談がある方はいつでも担任等にお声がけください。

肌トラブルは早めに対処しましょう。そして気持ちよくこれからの時期を過ごしたいですね。

