



令和3年6月  
こうたり保育園

今年は梅雨入りが早く天気の悪い日が続きましたが、6月に入って急に暑くなる日があったり、肌寒い日があったりと体調を崩しやすい季節でもあります。新型コロナウイルスの蔓延も続いており、保育園ではできる限りの感染予防対策をとりながら安全な保育園生活を送れるように努めています。

6月からはどろんこ遊びやシャワーが始まりますが、下記を参考にご家庭でもお子さまの健康管理や皮膚トラブルなどにも留意していただくようによろしくお願いたします。

## とびひ

アトピーやあせも、虫刺され、すり傷などを手でさわったりかいたりすると、皮膚の表面に細菌が付着して繁殖し、皮膚がただれて、水ぶくれになったり、かさぶたになったりします。なかでも黄色ブドウ球菌は高温多湿を好むため、夏に流行しやすいです。



患部を触った手で体の他の場所に触れると、感染がさらに広がります。ガーゼなどで覆って、患部に直接触れないようにしましょう。水ぶくれができると一気に広がるので、医療機関を受診し内服の抗生物質を処方してもらいます。子どもの間で感染しやすいので、家庭でもタオルの共有や、きょうだいとの入浴は控えましょう。虫刺されやすり傷は放置せず清潔にし、とびひにならないように注意が必要です。汗をかいたらこまめに着替え、爪は短く切り体を清潔に保つことが一番の予防法となります。とびひの時はシャワーやプールはできません。



## 水いぼ

ウイルスの感染によってできる「いぼ」の一種で、ブツツとした水ぶくれが体全体に散っていることもあれば、部分的に固まって発症することもあります。乾燥肌やアトピー性皮膚炎の人が、ひどくなりやすい傾向にあるようです。患部をかいていぼがつぶれないようにしましょう。いぼがつぶれている状態では、シャワーやプールはできません。

## あせも

汗の出る穴が詰まり、皮膚の内側に汗が溜まって炎症が起こる症状で、細かく赤い発疹が出ます。綿などの吸湿性・通気性のある衣服を選んで、汗をかいたらこまめに拭き、衣服を着替えさせるのが一番の予防法です。シャワーや沐浴など、スキンケアで治まることもあります。かゆみがある時は、医療機関を受診して、処方薬が必要になることもあります。かきこわした状態ではシャワーやプールはできません。



6月4日は幼児クラス対象に「虫歯予防のとりくみ」を行い、看護師からは歯磨きのお約束について話をしました。将来にわたって健康な歯で過ごすには、幼児期からの歯と口のケアが大切になります。子どもたちが正しい歯磨きの習慣を身につけることはもちろんですが、自分できれいに磨くことができない幼児期のうちは、保護者の方のていねいな仕上げ磨きが大切になります。

## 虫歯予防デー



### 歯みがきの3つのお約束



鏡を見ながら歯をみがきましょう

歯みがきはお口のおそうじです。どこに汚れがついているか見ながらみがきましょう。



歯みがき粉は少しだけつけましょう

たくさんつけると、泡立ちすぎて歯が見えないだけでなく、さっぱりするだけで歯みがきが不十分になりやすいです。



歯ブラシは小さく動かして1本ずつみがきましょう

力加減が難しいですが、歯の隙間や歯と歯茎の境目をめがけて歯を1本ずつ細かくみがくようにしましょう。



虫歯は、4つの条件がそろったときにできやすくなります。

①歯質…歯質は生まれながらの要素が多いですが、フッ素塗布で歯を守ることもできます。

②糖分…むし歯菌のえさになります。砂糖のほか、果糖や乳糖、ブドウ糖も含まれます。糖分を摂りすぎないバランスよい食事を心がけましょう。

③むし歯菌…ミュータンス菌がプラークをつくり、プラークの中でむし歯菌が酸をつくり歯をとかします。プラークは、うがいでは取れないので歯磨きが必要になります。

④時間…「歯質」「糖分」「むし歯菌」の3条件がそろい、時間がたつと虫歯ができやすくなります。



### 仕上げみがきのポイント

- ひざの上に子どもの頭を乗せ、寝かせみがきをします。
- 鉛筆と同じように歯ブラシを持ち、軽い力でみがきます。
- 奥歯の溝、歯と歯ぐきの間、歯と歯の間、歯の裏はとくにていねいにみがきます。
- 前歯は歯ブラシを90°にあててみがきましょう。
- 虫歯ゼロの健康な歯を目指して、1本ずつ丁寧にみがいていきましょう！



### 梅雨の時期の注意点

#### \* 虫刺され

蚊が増えてくると、とくに乳児クラスでは虫さされでひどく腫れてしまうお子さまがおられます。園では外遊び時に市販の「虫よけスプレー」や「ムヒ」を使用することもあります。皮膚トラブルなどで使用を控えたいなどありましたら、担任にお伝えください。

#### \* 水筒の飲料について

水筒にはお茶以外の飲料はいれないでください。また、冷たすぎるお茶や氷は控えてください。

