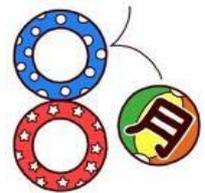




# ほけんだより



30.8.28  
保育園夢未来井荻園

今年は梅雨明けも記録的に早く、夏が長いですね。まだまだ極暑は続きそうです。あまの極暑に戸外散歩はおろかプールも禁止になる園もあったそうですが井荻園のプール遊びは屋根付き日陰のゆめのご広場。毎日本当にいっぱいプール遊びができました(\*^^\*)

お家でも保育園でも楽しい夏の思い出ができましたね。しかし夏の疲れから感染症にもかかりやすいので休息と栄養、水分補給をこまめにし、夏バテしないよう注意していきましょう。



～とびひの増える季節です～



とびひは夏の疲れが出る8月の終わりから9月頃に多くなります。虫刺されの跡や傷に菌がついて発症することが多いようです。「傷がじゅくじゅくしている」「なかなか傷が治らない」というのがとびひの始まりのサイン。やがて痒みの強い水疱が出来ます。これをかきこわした手で他のところをかくとそこにもとびひが広がります。



## 主な症状

- ・皮膚に小指の爪くらいの水疱ができる。
- ・水ぶくれや赤くじゅくじゅくしたただれた状態になる
- ・強い痒みがある。

※とびひ症状が見られましたら必ず皮膚科を受診しましょう。

(抗生物質の飲み薬と塗り薬が処方されることが多いです。)

※お風呂は湯船につからず、シャワーで流して清潔にしましょう。

※お友だちにもうつります。医師の指示でガーゼ等で覆ってください。

※虫刺されのうちに皮膚科受診しても痒み止めを処方してもらえます。

(早めの処置もとびひ予防になりますね。)



～靴について～



夏のプール遊びが終わると 保育園では毎日のように公園に遊びに行きます。

(8月中も戸外に出る日がありますので靴は必ずお持ちください!)

お子さんの履いている靴は足に合っていますか? きつい、フカフカ、マメができたということはありませんか?

子どもが大人と同じような歩行動作ができるようになるのに10年近くかかるといわれています。足の骨が形成される時期に、足に合わない靴を履かせると、発達を阻害し、変形したり扁平足になったりするそうです。お子様の靴、チェックしてみてください。



※長靴やサンダルは園でのお散歩は×

☆登園時、履いてこなくても保育園で履く用のお靴をご持参ください!